

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA ISTRI YANG MENJALANI
PERNIKAHAN JARAK JAUH**

SKRIPSI



Oleh :

**Nurhafni Viyata Rachmah
201310230311335**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
2017**

**HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA ISTRI YANG MENJALANI
PERNIKAHAN JARAK JAUH**

SKRIPSI

**Diajukan kepada Universitas Muhammadiyah Malang sebagai salah satu
persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi**

**Oleh :
Nurhafni Viyata Rachmah
201310230311335**

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
2017**

LEMBAR PENGESAHAN

1. Judul Skripsi : Hubungan Antara *Self-efficacy* Dengan *Subjective well-being*
Pada Istri Yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh
2. Nama Peneliti : Nurhafni Viyata Rachmah
3. NIM : 201310230311335
4. Fakultas : Psikologi
5. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang
6. Waktu Penelitian : 13 Juli-13 Agustus 2017

Skripsi ini telah diuji oleh dewan penguji pada tanggal 27 Oktober 2017

Dewan Penguji

Ketua Penguji : Dr.Siti Suminarti F., M.Si

Anggota Penguji : 1. Siti Maimunah S.Psi., MM,MA ()
2. Sofa Amalia S.Psi., M.Psi ()
3. Dr.Siti Suminarti F., M.Si ()
4. Zainul Anwar, M.Psi ()

Pembimbing I

Pembimbing II

Siti Maimunah S.Psi., MM,MA

Sofa Amalia S.Psi., M.Psi

Malang,

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang

M. Salis Yuniardi, M.Psi, Ph.D

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Nurhafni Viyata Rachmah
Nim : 201310230311335
Fakultas : Psikologi
Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Malang

Menyatakan bahwa skripsi/karya ilmiah yang berjudul :

Hubungan antara *Self-efficacy* dengan *Subjective Well-Being* pada Istri yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh

1. Adalah bukan karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan kecuali dalam bentuk kutipan yang digunakan dalam naskah ini dan telah disebutkan sumbernya.
2. Hasil karya ilmiah/skripsi dari penelitian yang saya lakukan merupakan Hak bebas Royalti non eksklusif, apabila digunakan sebagai sumber pustaka.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, maka saya bersedia mendapat sanksi sesuai dengan undang-undang yang berlaku.

Malang, 27 Oktober 2017

Mengetahui,

Wakil Dekan I

Yang menyatakan,

Ni'matuzahroh, S.Psi., M.Si

Nurhafni Viyata Rachmah

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan antara *Self-efficacy* dengan *Subjective Well-Being* pada Istri yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh” sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Psikologi di Universitas Muhammadiyah Malang. Tidak lupa pula sholawat dan salam kita kirimkan kepada junjungan baginda Rasulullah Muhammad SAW yang telah membawa kita dari zaman kegelapan kezaman yang terang benderang seperti sekarang ini.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan dan petunjuk serta bantuan yang bermanfaat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak M. Salis Yuniardi, M.Psi, Ph.D selaku dekan Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Ibu Ni'matuzahroh, S.Psi, M.Si selaku Wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Bapak Yudi Suharsono, S.Psi., M.Si. selaku dosen wali yang telah memberikan dukungan dan pengarahan sejak awal perkuliahan hingga selesainya skripsi ini.
4. Ibu Siti Maimunah, S.Psi, M.Si dan Ibu Sofa Amalia, S.Psi, M.Si selaku Pembimbing I dan Pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu memberikan bimbingan dan arahan yang sangat berguna, hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
5. Kepada seluruh Dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama perkuliahan.
6. Para istri yang sedang menjalani pernikahan jarak jauh dengan suaminya di kecamatan Sananwetan Kota Blitar yang bersedia menjadi subjek penelitian ini.
7. Bapak Nur Chamin dan Ibu Nunik Yuli Astuti selaku orangtua, Emi Yulfa dan fania beserta seluruh keluarga yang selalu memberikan dukungan, do'a dan kasih sayang sehingga penulis memiliki motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Teman-teman terbaik dan terdekat saya yaitu Yoga Awa, Dhera Jelita, , TitaXinai, Fatma Eka, dan teman kos kav 114 yang telah memberikan dukungan, bantuan, pelajaran dan penyemangat penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Teman-teman angkatan 2013 Fakultas Psikologi khususnya kelas E yang sangat memberikan banyak perubahan kepada saya untuk menjadi lebih baik lagi dari pribadi sebelumnya.
10. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Semoga Allah SWT senantiasa mencurahkan rahmat-Nya atas kontribusi yang telah mereka berikan dan selalu penulis hantarkan doa untuk keselamatan dan kesuksesan bagi kita semua. Penulis menyadari tiada satupun karya manusia yang sempurna, sehingga kritik dan saran demi perbaikan karya skripsi ini sangat penulis harapkan. Meski demikian, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi peneliti selanjutnya dan pembaca pada umumnya.

Malang, 27 Oktober 2017
Penulis

Nurhafni Viyata Rachmah

DAFTAR ISI

Lembar Pengesahan	i
Surat Pernyataan	ii
Kata Pengantar	iii
Daftar Isi.....	v
Daftar Tabel.....	vi
Daftar Lampiran	vii
Abstrak	1
Pendahuluan	2
Landasan Teori	
Pernikahan Jarak Jauh	8
<i>Self-Efficacy</i>	8
<i>Subjective well-being</i>	11
Hubungan <i>Self-efficacy</i> dengan <i>Subjective well-being</i>	14
Kerangka Berfikir	15
Hipotesis	15
Metode Penelitian	
Rancangan Penelitian	16
Subyek Penelitian	16
Variabel dan Instrumen Penelitian	16
Prosedur dan Analisa Data Penelitian	18
Hasil Penelitian	18
Diskusi	20
Simpulan Dan Implikasi	23
Referensi	24
Lampiran	28

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Indeks Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian	17
Tabel 2. Karakteristik Subjek	19
Tabel 3. Kategori Prosentase Skor <i>Self-efficacy</i> dan <i>Subjective well-being</i>	19
Tabel 4. Korelasi <i>Self-Efficacy</i> dengan <i>Subjective Well-Being</i>	20

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Blue Print	29
Lampiran 2. Hasil Analisis Validitas dan Reliabilitas Skala <i>Self-efficacy</i> dan <i>Subective Well-being</i>	32
Lampiran 3. Skala Penelitian (<i>Self-efficacy</i> dan <i>Subective Well-being</i>).....	37
Lampiran 4. Hasil Analisa Data	42
Lampiran 5. Uji Asumsi dan Uji Korelasi.....	49
Lampiran 6. Tabulasi Data	53
Lampiran 7. Surat Izin.....	64

HUBUNGAN ANTARA *SELF-EFFICACY* DENGAN *SUBJECTIVE WELL-BEING* PADA ISTRI YANG MENJALANI PERNIKAHAN JARAK JAUH

Nurhafni Viyata Rachmah

Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang

hafni.viyata@gmail.com

Tugas-tugas didalam rumah tangga menjadi beban tersendiri sebagai istri, terutama istri yang menjalani pernikahan jarak jauh. Terlalu beratnya beban mengurus rumah tangga akan berdampak pada *subjective well-being*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-efficacy* dengan *subjective well-being* pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional, instrumen penelitian menggunakan skala *self-efficacy* dan skala *subjective well-being*. Jumlah subjek penelitian sebanyak 100 istri dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan positif antara *self-efficacy* dengan *subjective well-being* ($r=0,311$; $p=0,002 < 0,05$), yang artinya semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin tinggi pula *subjective well-being*, begitu sebaliknya. Sumbangan efektif *self-efficacy* terhadap *subjective well-being* sebesar 9,7%.

Kata kunci : *Self-efficacy, subjective well-being, pernikahan jarak jauh*

Task assignments in the household tasks become a burden as a wife, especially the wife who undergo long distance marriage. Too much burden to take care of the household will have an impact on the subjective well-being. This study aims to determine the relationship between self-efficacy and subjective well-being on wives who undergoing long-distance marriage. This study used correlational quantitative approach. In addition, the research instrument used in this study were the scale of self-efficacy and subjective well-being scale. The number of subjects in this study were 100 wives with purposive sampling technique. The result of this study shows that there was a positive relationship between self-efficacy and subjective well-being ($r = 0.311$; $p = 0.002 < 0.05$). It means that the higher of self-efficacy the higher subjective well-being, vice versa. The effective contribution of self-efficacy to subjective well-being is 9.7%.

Keywords: *Self-efficacy, subjective well-being, longdistance marriage*

Pada dasarnya manusia diciptakan untuk hidup secara berpasang-pasangan dan akan mengalami fase yang dinamakan pernikahan. Pernikahan merupakan terikatnya pasangan menjadi suami isteri dalam sebuah komitmen dengan ikatan yang secara resmi, baik secara agama dan pemerintah. Sesuai dengan Undang-undang Republik Indonesia Nomor 1 Tahun 1974, tentang dasar pernikahan pasal 1 berbunyi bahwa pernikahan adalah ikatan lahir batin antara seorang pria dan seorang wanita sebagai suami isteri dengan tujuan membentuk keluarga atau rumah tangga yang bahagia, kekal, dan berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Di Indonesia secara umum perayaan pernikahan diadakan didepan orangtua karena biasanya orangtua tersebut menjadi wali didalam pernikahan ataupun jika orangtua meninggal dapat digantikan dengan wali hakim.

Pernikahan memberikan manfaat bagi mereka yang sudah menjalaninya. Waite dan Galler (dalam Wisnuwardhani, 2012) menemukan bahwa orang yang menikah akan hidup lebih lama daripada orang yang tidak menikah dan cerai, tidak menikah dapat berpengaruh bagi kesehatan mental seperti merasakan kesepian dalam hidupnya, kurangnya mendapat perhatian dan kasih sayang terhadap diri individu, tujuan hidupnya kurang terarah dan lain sebagainya. Usia harapan hidup orang yang menikah lebih besar dari pada usia harapan hidup orang yang tidak menikah, karena mereka yang telah menikah memiliki tujuan hidup yang lebih besar didalam hidupnya.

Olson dan De Frain (2006) mengatakan bahwa dilihat dari sudut pandang yang lain, pernikahan juga dapat memunculkan kebahagiaan bagi mereka jika dibandingkan dengan mereka yang melajang. Penelitian menunjukkan bahwa dengan melakukan pernikahan seorang suami lebih memperlihatkan performa pekerjaan yang lebih baik dan lebih jelas fokusnya untuk mencari nafkah karena mendapat semangat dan dukungan dari istrinya.

Membahas tentang manfaat didalam pernikahan, Bird dan Meville (1994) membagi pernikahan menjadi beberapa tahap yang pertama *newlywed marriage*, dimana pada tahapan ini merupakan tahapan terpenting karena terjadinya dua hal, yaitu tawar menawar identitas dan menegakkan batas-batas keluarga. Suami istri harus mengenali peranan yang dijalankan, maksudnya yaitu suami dan istri harus menyadari tentang statusnya yang sekarang sudah menikah. Seorang suami harus memperlakukan istrinya sebagai istri dan juga sebaliknya, istri harus berlaku demikian kepada suaminya. Kedua belah pihak harus melakukan negoisasi tentang apa yang akan dilakukan jika salah satu pihak tidak melaksanakan perannya dengan baik. Tahapan yang kedua yaitu *parental marriage*, dimana tugas sebagai suami dan istri menjadi lebih bertambah setelah kelahiran anak. Pasangan suami istri tersebut akan melaksanakan tugas untuk menciptakan keluarga yang utuh, mengatasi permasalahan yang mungkin saja muncul di dalam keluarga, dan berusaha memenuhi kebutuhan-kebutuhan dari anggota keluarga, baik suami, istri maupun anak.

Dewasa ini sebagian pasangan menjalani kehidupan pernikahan secara bersama-sama dan sebagian yang lain tidak menjalani kehidupan bersama-sama. Tidak menjalani kehidupan pernikahan secara bersama-sama dikarenakan pasangan berada di tempat tinggal yang terpisah dikarenakan alasan pendidikan ataupun adanya tuntutan dalam menjalankan tugas pekerjaannya yang mewajibkan untuk dipenuhi, sehingga pasangan tersebut menjadi hidup secara terpisah (Dewi dan Basti, 2008). Kehidupan pernikahan

yang dijalankan secara berjauhan ini tentunya akan mengalami banyak hambatan dan masalah yang dirasakan oleh pasangan.

Torsina (dalam Margiani dan Ekayati, 2013) menjelaskan pernikahan jarak jauh (*long distance marriage*) adalah pernikahan yang terpisah antara suami dan istri yang dikarenakan adanya suatu alasan tertentu yang menyebabkan mereka tidak dapat tinggal secara bersama. Rubyasih (2016) menyebutkan bahwa ada beberapa alasan pasangan suami istri menjalani hubungan jarak jauh diantaranya yaitu lokasi tempat bekerja yang berpindah, mendapatkan tugas pendidikan keluar kota, selain itu memiliki beberapa hambatan seperti sulit dalam menyesuaikan lingkungan ditempat pasangan, adanya kebutuhan khusus yang tidak dapat terpenuhi, adanya hambatan dalam kesehatan dan keamanan dan adanya faktor ekonomi. Dengan demikian istri yang mengalami pernikahan jarak jauh dapat diartikan bahwa mereka tinggal secara terpisah dengan suaminya dikarenakan suami bekerja atau menempuh pendidikan diluar kota atau ditempat yang jauh dari tempat tinggal asalnya sehingga tidak dapat tinggal bersama dengan istrinya.

Stafford (dalam Pistole, 2011) hubungan jarak jauh dapat terjadi dikarenakan pasangan yang bekerja berada dilokasi secara geografis berbeda dan kemudian mereka akan kembali bersama seperti pada saat akhir pekan menghabiskan waktu liburan. Hubungan *Long Distance Relationship* sebenarnya secara ilmiah kurang baik karena kedekatan fisik merupakan kualitas yang sangat penting didalam suatu hubungan.

Fenomena hubungan jarak jauh pada zaman sekarang ini mengalami peningkatan pesat. Hal ini dipermudah dengan teknologi informasi dan fasilitas umum yang mendukung, seperti pasangan dipermudah dengan layanan internet, media sosial untuk tetap menjalin komunikasi meskipun sedang berjauhan dengan pasangan. Bagi istri yang menjalani pernikahan jarak jauh akan mengalami tantangan yang cukup berat. Kelelahan fisik akibat rutinitas urusan rumah tangga kesehariannya dapat berakibat pada kelelahan psikologisnya. Beban kelelahan tersebut dapat mempengaruhi perilaku kesehariannya yang kurang menguntungkan.

Pada tahun 2005, hampir 3% dari semua pernikahan yang terjadi pada penduduk Amerika serikat menjalani hubungan jarak jauh. Hal tersebut menandakan adanya peningkatan 23% pasangan jarak jauh hanya dalam rentangan selama lima tahun. Pada tahun 2000 terdapat 2,36% pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh dan mengalami peningkatan menjadi 2,9% pada tahun 2005 (Jimenez dan Fanny, 2010).

Di negara indonesia sendiri masih belum terdapat data yang menyebutkan berapa jumlah pasangan yang tinggal terpisah secara pasti, akan tetapi berdasarkan data yang terdapat pada Survei Angkatan Kerja Nasional (Sakernas) pada tahun 2008 (dalam Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak RI, 2008), jumlah tenaga kerja Antar Kerja Antar Daerah (AKAD) terdapat sekitar 1,8 juta orang. Dengan jumlah laki-laki sebanyak 1,6 juta, dan perempuan berjumlah sekitar 212 ribu orang. Menurut data dari Sakernas, konsep Antar Kerja Antar Daerah (AKAD) merujuk pada mobilitas pekerja antar wilayah administrasi dengan syarat pekerja melakukan pulang pergi seminggu sekali atau sebulan sekali, hal tersebut pekerja diasumsikan memiliki tempat tinggal yang jauh dari lokasi atau tempat kerjanya. Selain tenaga kerja AKAD,

di Indonesia juga terdapat tenaga kerja Antar Kerja Antar Negara (AKAN) yang umumnya disebut dengan istilah Tenaga Kerja Indonesia (TKI).

Berdasarkan data statistik dari Badan Nasional Penempatan Dan Perlindungan Tenaga Kerja Indonesia (BNP2TKI) jumlah Tenaga Kerja Indonesia (TKI) dilihat presentase dari status perkawinan menunjukkan pada tahun 2011 terdapat 64% berstatus menikah, kemudian menurun pada tahun 2014 sejumlah 58%, dan data terakhir pada tahun 2016 terdapat 51% jumlah TKI yang sudah menikah. Angka tersebut merupakan tergolong cukup tinggi jika dilihat dari status perkawinan pada jumlah penduduk yang termasuk dalam TKI yang kerja di luar negeri. Hal tersebut mengindikasikan bahwa dari sebagian para pekerja TKI yang sudah menikah menjalani kehidupan yang terpisah dengan pasangannya.

Dari hasil penelusuran data di pusat penelitian pengembangan dan informasi (puslitfo bnp2tki), salah satu daerah di Jawa Timur yang penduduknya cukup tinggi menjadi pekerja TKI yaitu di Blitar dan menduduki urutan peringkat ke sebelas pada tahun 2015 jika dilihat darimana para pekerja TKI ini berasal, yakni dari kota-kabupaten Blitar sejumlah 2.168 jiwa penduduk yang menjadi pekerja TKI diluar negeri. Selain pekerja TKI di daerah tersebut juga terdapat pasangan lain yang menjalani pernikahan jarak jauh, salah satu informasi yang peneliti dapatkan dari hasil wawancara pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh dengan suaminya dikarenakan pekerjaan suami yang berada diluar kota sehingga mengharuskan mereka hidup secara terpisah. Dalam kehidupan sehari-harinya seorang istri memiliki beberapa tugas rumah dan juga permasalahan lain yang muncul yang dikerjakan tanpa bantuan dari suaminya. Dengan keadaan yang demikian terkadang seorang istri tersebut merasa kemampuannya diuji dengan berbagai tugasnya. Selain itu terkadang seorang istri dilanda rasa kesepian jika suami berada diperantauan, apalagi jika suami tidak memberikan kabar sehingga muncul perasaan cemas dan khawatir dari istri tersebut.

Fenomena kehidupan suami-isteri yang tinggal berjauhan ini menurut Dyson selaku salah seorang pengamat sosial, semakin lazim dijumpai terutama pada masyarakat industri sekarang ini. *Long distance marriage* (pernikahan jarak jauh) ini banyak terjadi pada pasangan suami-isteri dikarenakan setiap orang memiliki idealisme untuk bisa mandiri mencukupi kebutuhan hidup sendiri atau juga karena alasan tekanan ekonomi keluarga (Kehidupan suami-isteri, 24 November, 2007).

Permasalahan istri yang mengalami pernikahan jarak jauh jika dilihat dari yang memiliki anak atau yang belum memiliki anak, yakni istri yang memiliki anak mempunyai tugas yang lebih banyak seperti mengasuh, merawat, dan mendidik anak. Sedangkan permasalahan pada istri yang belum memiliki anak yaitu sering terjadi konflik dengan pasangan, merasakan kesepian, dan bahkan bisa kurang saling mencintai. Penelitian yang dilakukan oleh Myrskylä dan Margolis (dalam Ulfah, 2014) di Inggris dan Jerman, menyatakan bahwa pasangan suami istri yang memiliki dua anak dapat meningkatkan kebahagiaan dalam kehidupan mereka keluarga, sedangkan Callan (dalam Ulfah, 2014) menjelaskan bahwa wanita yang tidak memiliki anak selama lima tahun pertama dalam kehidupannya memiliki tingkat kesejahteraan yang rendah dan berpikir bahwa hidupnya kurang menarik, kosong, dan kurang bermakna dibandingkan dengan wanita yang telah memiliki anak

Banyak kepala keluarga yang memilih untuk mencari kehidupan yang lebih baik contohnya dengan mencari pekerjaan ketempat jauh seperti pergi keluar kota atau bahkan ke luar negeri sekalipun dengan beberapa pertimbangan seperti harus meninggalkan anak atau istrinya dirumah. Dengan keadaan yang demikian itu, maka seorang istri memiliki beban tanggung jawab pekerjaan rumah tangga seperti kesulitan dalam mengasuh anak karena dilakukan dengan seorang diri, waktu bersama menjadi berkurang dan anak menjadi kurang dekat dengan ayahnya. Keadaan tersebut jika dirasakan dalam kehidupan sehari-hari merupakan suatu tantangan yang cukup berat seperti, banyak macam tugas rumah tangga yang harus dikerjakan sendiri yang berdampak pada kelelahan baik fisik maupun psikologisnya. Dampak tersebut akan berpengaruh terhadap emosi serta perilaku yang dimunculkan kepada lingkungan sekitarnya seperti munculnya kecemasan akan dapat menyelesaikan tugas sendiri hingga perasaan stress karena beban yang cukup berat dan mungkin dapat memunculkan emosi yang meluap jika kemampuan yang dimilikinya tidak sebanding dengan tugas yang diterima. Apalagi jika hal tersebut dirasakan pada lima tahun pertama pernikahan yang sering dinilai sebagai tahun–tahun yang kritis dalam pernikahan. Lima tahun pertama pernikahan merupakan masa rawan, karena pengalaman bersama masih belum banyak dan masih dihadapkan dengan berbagai masalah (Nema dalam Muslimah, 2015).

Jika seorang istri tidak mampu menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya, maka akan timbul emosi yang tidak menyenangkan didalam dirinya. Keadaan ini menyebabkan seorang istri tersebut merasa tidak puas dalam hidupnya dan tidak bahagia. Emosi yang terganggu tersebut menyebabkan individu tidak mampu menilai kualitas hidupnya secara objektif maupun subjektife.

Subjective well-being merupakan cara individu mengevaluasi kehidupannya terdiri dari beberapa variabel, seperti kepuasan hidup, rendahnya tingkat depresi dan kecemasan, dan adanya emosi-emosi dan suasana hati yang positif (Diener dalam dinar 2015). Banyak penelitian yang sudah dilakukan terkait tentang *Subjective well-being* namun sekarang yang lebih diteliti mengarah kepada bagaimana serta kapan seseorang tersebut merasakan kebahagiaan dan juga bagaimana prosesnya yang dapat mempengaruhi *Subjective well-being* pada tiap individu tersebut. Dalam berumah tangga butuh untuk merasakan kebahagiaan serta kepuasan terhadap kehidupan pernikahannya, melalui *subjective well being* keadaan tersebut dapat tergambarkan melalui tiga aspek yaitu afek positif, afek negatif, dan kepuasan hidup.

Myers & Diener (dalam Agustin dan Afriyeni, 2016) mengatakan bahwa seorang individu yang memiliki tingkat *Subjective well-being* yang tinggi pada umumnya ia dapat mengatur emosinya serta menghadapi beragam masalah secara lebih baik. Akan tetapi individu yang memiliki *Subjective well-being* rendah maka ia akan lebih cenderung menganggap permasalahan yang sedang dialaminya tersebut merupakan kejadian yang tidak menyenangkan baginya, akibatnya muncul emosi yang tidak menyenangkan juga seperti kecemasan, depresi, serta kemarahan.

Idealnya pasangan tinggal dalam satu rumah akan tetapi ada beberapa pasangan yang tidak mengalami hal tersebut, sehingga istri butuh untuk merawat kebahagiaan melalui keyakinan yang dimiliki dengan meningkatkan *self-efficacy*. Menurut Bandura (dalam Ghufon 2014) *Self-efficacy* memiliki kontribusi terhadap kepuasan dan kesejahteraan

individu. *Self-efficacy* merupakan kepercayaan individu pada kemampuannya untuk berhasil melakukan tugas untuk mencapai hasil tertentu.

Self-efficacy pada istri biasanya terkait tentang tugas pekerjaan rumah tangga yang harus dijalankan istri seperti memasak, membersihkan rumah, mencuci hingga mengasuh anak. Namun di era sekarang ini, tugas istri tidak hanya seputar pekerjaan rumah tangga, banyak diantara mereka yang bekerja sebagai wanita karier, dimana mereka harus bisa untuk menyelesaikan antara tugas pekerjaan kantor dengan tugas sebagai istri dirumah.

Penelitian lain juga dilakukan oleh Lestari dan Hartati (2016) yang menguji tentang hubungan *Self-efficacy* dengan *Subjective well-being* kepada para lansia yang memilih untuk tinggal dirumah sendiri. Dimana kedua variabel tersebut memiliki hubungan positif yang signifikan. Kemudian penelitian tentang *self-efficacy* juga pernah dilakukan oleh Syarifah (2016) kepada ibu rumah tangga berpendidikan tinggi yang meneliti tentang hubungan antara *social support* dan *self-efficacy* dengan *stress*, dari hasil penelitian tersebut dapat diketahui bahwa hubungan antara *social support* dan *self-efficacy* dengan *stress* pada ibu rumah tangga yang berpendidikan tinggi berkorelasi negatif yang artinya semakin tinggi *social support* dan *self-efficacy* maka semakin rendah *stress* yang dialami oleh ibu rumah tangga yang berpendidikan tinggi, begitu juga sebaliknya.

Sebuah penelitian oleh (Linsiya, 2016; Santos and dkk, 2014; Kang dan Roh, 2016) terkait *self-efficacy* dan *subjective well-being* yang dilakukan kepada mahasiswa hasilnya meningkatnya *self-efficacy* secara signifikan meningkatkan *subjective well-being*. Ketika individu yakin terhadap kemampuannya dalam melakukan tugas yang sedang dihadapi maka individu akan memiliki usaha dan berpikir positif ketika menghadapi sesuatu, ia akan lebih merasakan adanya perasaan yang positif dan tidak akan cemas dan khawatir akan kegagalan. Tingginya *self-efficacy* telah terbukti memainkan peran penting untuk memberikan kondisi kesejahteraan subjektif secara positif, meregulasi stres, dan meningkatkan harga diri dan menyebabkan kondisi fisik yang lebih baik dari suatu pemulihan penyakit.

Penelitian yang dilakukan oleh (Datu, 2013; Mohammadi, 2016) dapat diketahui bahwa *Subjective well-being* individu bisa didapatkan melalui seberapa besar *self-efficacy* yang dimiliki oleh individu tersebut, dan tidak menutup kemungkinan dapat berasal dari sumber lain seperti harga diri, kestabilan emosi, kepribadian dan lain sebagainya. Dalam penelitian tersebut *subjective well-being* yang dimaksud adalah emosi positif yang berupa kebahagiaan dan hasilnya menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kebahagiaan dan *self-efficacy*, hal tersebut membuktikan bahwa keadaan emosi yang positif terlaksana dan kebahagiaan sangat benar dapat mendorong kinerja kesuksesan dalam berbagai tugas perkembangan.

Penelitian yang dilakukan oleh Reddy (2012) tentang hubungan *self-efficacy* dengan *subjective well-being* diantara wanita pekerja yang bekerja dalam pengaturan organisasi yang berbeda. Hasilnya adalah perbedaan lokasi tempat bekerja juga dapat mempengaruhi tinggi rendahnya *self-efficacy* dan *subjective well-being* pada karyawan. Hal ini dapat dijelaskan berdasarkan sifat aktivitas yang terkait dengan pengaturan pekerjaan tersebut.

Hubungan *Self-efficacy* dengan *subjective well being* secara garis besar dapat dilihat ketika seseorang tersebut dapat menjalankan suatu tugas atau dapat menyelesaikan suatu permasalahan maka akan muncul kebahagiaan serta kepuasan hidup yang dirasakan oleh seseorang tersebut. Seperti contohnya pada istri yang dapat menjalankan tugas rumah seperti mencuci baju, menyiapkan makanan hingga mengasuh anak maka istri tersebut akan merasakan kepuasan hidup karena sudah berhasil menyelesaikan tugas sesuai dengan yang diharapkannya. Dengan demikian *Subjective Well-being* dan *Self-efficacy* memiliki hubungan yang positif. Jika seseorang memiliki *Self-efficacy* dalam kategori tinggi maka *Subjective Well-being* seseorang tersebut juga akan tinggi pula. Dan ketika *Subjective Well-being* dalam kategori tinggi maka orang tersebut sudah mencapai kepuasan dan kebahagiaan hidup (Lestari dan Hartati, 2016).

Penelitian ini juga menjamin adanya originalitas karya berdasarkan uraian diatas, perbedaan penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan penelitian sebelumnya adalah terletak pada subjek responden. Penelitian sebelumnya meneliti kepada remaja, mahasiswa, guru, lansia, dan karyawan sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan subjek istri yang menjalani pernikahan jarak jauh. Sehingga dapat dijadikan pelengkap dan referensi bagi sebuah penelitian ilmiah.

Dari beberapa penjelasan penelitian diatas tersebut menunjukkan bahwa penelitian ini penting untuk dilakukan karena untuk memperlihatkan bagaimana kepuasan hidup, emosi positif dan emosi negatif yang diungkapkan melalui *subjective well being* dan salah satu faktor yang mempengaruhi *subjective well being* adalah *self-efficacy*, untuk melihat kemampuan dalam menyelesaikan suatu tugas atau permasalahan yang terjadi pada istri yang menjalani hubungan jarak jauh.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *Self-efficacy* terhadap *Subjective well-being* pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh. Adapun manfaat penelitian ini dari segi teoritis diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu bagi psikologi keluarga terutama tentang *Self-efficacy* dan *Subjective well-being* pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh. Kemudian manfaat praktis penelitian ini bagi istri yang menjalani pernikahan jarak jauh diharapkan dapat meningkatkan *Self-efficacy* sehingga dapat membantu evaluasi perasaan kepuasan dalam hidup serta kesejahteraan dalam dirinya meskipun sedang jauh dari suami.

Pernikahan Jarak Jauh

Pernikahan jarak jauh (*long distance marriage*) menurut Torsina (dalam Margiani, 2013) adalah pernikahan yang terpisah antara suami dan istri dikarenakan adanya suatu alasan tertentu yang menyebabkan mereka tidak dapat tinggal secara bersama. Maines (1993) menjelaskan bahwa pernikahan jarak jauh adalah pernikahan terpisah antara suami dengan istri yang didasari atas komitmen sebelum pernikahan karena tuntutan karier atau pekerjaan.

Pernikahan jarak jauh merupakan keadaan pernikahan yang terbentuk secara sukarela dimana pasangan yang sama-sama bekerja mempertahankan dua tempat tinggal yang berbeda lokasi geografisnya dan pasangan tersebut terpisah paling tidak tiga malam per minggu selama minimal tiga bulan (Gerstel dan Gross dalam Yuliati, 2015). Pernikahan

jarak jauh dapat terjadi dengan adanya kesepakatan antara masing-masing pasangan yang akan menjalani hidup secara terpisah berdasarkan adanya alasan yang mendukungnya.

Karakteristik Pasangan Pernikahan Jarak Jauh

Beberapa karakteristik yang membedakan pasangan jarak jauh atau *long distance relationship* (LDR) dengan pasangan pada pernikahan umumnya antara lain Gerstel dan Gross (dalam Julinda, 2010):

1. Waktu menjalani pernikahan jarak jauh mulai dari tiga bulan sampai 14 tahun.
2. Jarak yang memisahkan pasangan tersebut antara 40-2.700 Km
3. Jarak yang bervariasi dari rumah utama, kebanyakan pasangan tersebut menghabiskan waktu mereka di rumah yang berbeda (salah satu pasangan di rumah utama dan pasangan lain di rumah tempat perantauan).
4. Pasangan biasanya melakukan pertemuan dengan variasi periode waktu yang berbeda-beda. Beberapa diantaranya bertemu pada akhir pekan tanpa mempertanyakan kapan akan bertemu selanjutnya.

Tipe Pasangan Pernikahan Jarak Jauh

Glotzer dan Federlein (dalam Swadiana, 2014) membagi tipe pernikahan jarak jauh menjadi 2, yaitu:

1. Pasangan *adjusting*, yaitu pasangan suami istri yang usia pernikahannya cenderung lebih muda, menghadapi pernikahan jarak jauh di awal pernikahan, dan memiliki sedikit atau tidak ada anak.
2. Pasangan *established*, yaitu pasangan suami istri yang usia pernikahannya lebih tua, telah lama bersama dalam pernikahan dan memiliki anak yang sudah dewasa dan telah keluar dari rumah.

Self-Efficacy

Bandura adalah tokoh yang memperkenalkan istilah efikasi diri (*Self-efficacy*), beliau mendefinisikan bahwa *Self-efficacy* (SE) adalah keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu (Ghufron, 2014). Sementara itu, Baron dan Byrne (dalam Ghufron, 2014) mendefinisikan *Self-efficacy* sebagai evaluasi seseorang mengenai kemampuan atau kompetensi dirinya untuk melakukan suatu tugas, mencapai tujuan, dan mengatasi hambatan. Bandura dan Wood menjelaskan bahwa *Self efficacy* mengacu pada keyakinan akan kemampuan individu untuk menggerakkan motivasi, kemampuan kognitif, dan tindakan yang diperlukan untuk memenuhi tuntutan situasi (Ghufron dan Risnawita, 2014).

Bandura (dalam Ghufron 2014) mengatakan bahwa *Self-efficacy* pada dasarnya adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau pengharapan tentang sejauh mana individu memperkenalkan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan. Menurut Bandura, *Self-efficacy* tidak berkaitan dengan kecakapan yang dimiliki, tetapi berkaitan dengan keyakinan individu mengenai hal yang dapat dilakukan dengan kecakapan yang ia miliki seberapa pun besarnya. *Self-efficacy* menekankan pada komponen keyakinan diri yang dimiliki seseorang dalam menghadapi situasi yang akan datang yang mengandung kekaburan, tidak dapat diramalkan, dan sering penuh dengan tekanan.

Meskipun *Self-efficacy* memiliki suatu pengaruh sebab-musabab yang besar pada tindakan kita, *Self-efficacy* bukan merupakan satu-satunya penentu tindakan.

Self-efficacy berkombinasi dengan lingkungan, perilaku sebelumnya, dan variabel-variabel personal lain, terutama harapan terhadap hasil untuk menghasilkan perilaku. *Self-efficacy* akan mempengaruhi beberapa aspek dari kognisi dan perilaku seseorang. Gist dan Mitchell mengatakan bahwa *Self-efficacy* dapat membawa pada perilaku yang berbeda di antara individu dengan kemampuan yang sama karena *Self-efficacy* mempengaruhi pilihan, tujuan, pengatasan masalah, dan kegigihan dalam berusaha (Judge dan Erez dalam Ghuftron, 2014). Orang yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi cenderung mempunyai kendali yang lebih terhadap kejadian dalam lingkungannya. Orang dengan *self-efficacy* rendah akan cenderung takut untuk bertindak menghadapi tantangan atau masalah yang dimiliki, serta juga akan merasa tidak yakin dengan kemampuan yang ada dalam dirinya.

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa *self-efficacy* merupakan suatu keyakinan yang dimiliki individu tentang kemampuannya untuk melaksanakan suatu tugas atau menyelesaikan permasalahan dengan suatu tujuan yang ingin didapatkan.

Empat sumber *self-efficacy*

Menurut Bandura (dalam Ghuftron 2014) *Self-efficacy* dapat ditumbuhkan dan dipelajari melalui empat sumber informasi utama. Berikut ini adalah empat sumber informasi tersebut :

1. Pengalaman keberhasilan (*mastery experience*), yaitu sumber informasi ini memberikan pengaruh besar pada efikasi diri individu karena didasarkan pada pengalaman-pengalaman pribadi individu secara nyata yang berupa keberhasilan dan kegagalan. Pengalaman keberhasilan akan menaikkan *Self-efficacy* diri individu, sedangkan pengalaman kegagalan akan menurunkannya.
2. Pengalaman orang lain (*vicarious experience*), yaitu pengamatan terhadap keberhasilan orang lain dengan kemampuan yang sebanding dalam mengerjakan sesuatu tugas akan meningkatkan efikasi diri individu dalam mengerjakan tugas yang sama. Begitu pula sebaliknya, pengamatan terhadap kegagalan orang lain akan menurunkan penilaian individu mengenai kemampuannya dan individu akan mengangri usaha yang dilakukan.
3. Persuasi verbal (*verbal persuasion*), yaitu individu diarahkan dengan saran, nasihat, dan bimbingan sehingga dapat meningkatkan keyakinannya tentang kemampuan-kemampuan yang dimiliki yang dapat membantu mencapai tujuan yang diinginkan.
4. Kondisi fisiologis (*Physiological state*), yaitu individu akan mendasarkan informasi mengenai kondisi fisiologis mereka untuk menilai kemampuannya. Ketegangan fisik dalam situasi yang menekan dipandang individu sebagai suatu tanda ketidakmampuan karena hal itu dapat melemahkan performasi kerja individu.

Aspek - Aspek *Self-efficacy*

Menurut Bandura (dalam Ghuftron 2014), efikasi diri pada diri tiap individu akan berbeda antara satu individu dengan yang lainnya berdasarkan tiga dimensi. Berikut ini adalah tiga dimensi tersebut yang terdiri dari :

1. Tingkat (*Level*), yaitu yang berkaitan dengan derajat kesulitan tugas ketika individu merasa mampu untuk melakukannya. Ada tugas yang bersifat mudah, sedang atau bahkan meliputi tugas-tugas yang paling sulit, sesuai dengan batas kemampuan yang dirasakan untuk memenuhi tuntutan perilaku yang dibutuhkan pada masing-masing tingkat.
2. Generalisasi (*generality*), yaitu yang berkaitan dengan luas bidang tingkah laku yang mana individu merasa yakin terhadap kemampuan dirinya. Ada individu yang merasa yakin pada suatu aktivitas yang terbatas dan situasi tertentu atau ada individu yang merasa yakin pada beragam aktivitas dan situasi yang bervariasi.
3. Kekuatan (*strength*), yaitu yang berkaitan dengan tingkat kekuatan dari keyakinan atau pengharapan individu mengenai kemampuannya. Individu yang memiliki harapan yang lemah mudah digoyahkan oleh pengalaman-pengalaman yang tidak mendukung. Sebaliknya, individu yang memiliki harapan yang mantap mendorong individu tetap bertahan dalam usahanya.

Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Self-efficacy*

Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi *self-efficacy* diantaranya yaitu, Bandura (dalam Widiana, 2008):

1. Sifat tugas yang dihadapi
Ada sebagian situasi-situasi atau jenis tugas yang menuntut kinerja yang lebih sulit dan berat daripada tugas yang lain. Jenis tugas tersebut mengandung tingkat kesulitan dan tantangan yang berbeda.
2. Insentif Internal
Berupa penghargaan yang diberikan oleh orang lain untuk merefleksikan keberhasilan seorang individu dalam melaksanakan tugasnya.
3. Status atau peran individu dalam lingkungan
Semakin tinggi status sosial seseorang, maka semakin tinggi rasa percaya diri dan semakin besar penghargaan orang lain.
4. Informasi tentang kemampuan dirinya
Self-efficacy seorang individu akan meningkat atau menurun dipengaruhi oleh informasi mengenai dirinya yang ia peroleh.

Subjective Well-Being

Subjective well-being (SWB) merupakan evaluasi seseorang mengenai kehidupannya yang mencakup penilaian kognitif terhadap kepuasan hidupnya serta evaluasi afektif yang meliputi perasaan-perasaannya terhadap emosi positif maupun negatif yang telah dialami (Ulfah dan Mulyana, 2014).

Diener (dalam Rachmawati 2014) mendefinisikan *Subjective well-being* sebagai evaluasi kognitif dan afektif seseorang dari hidupnya, evaluasi ini mencakup reaksi emosional terhadap kejadian serta penilaian kognitif kepuasan dan pemenuhan. Dengan demikian, *subjektif well-being* adalah suatu konsep umum yang mencakup mengalami emosi yang menyenangkan, rendahnya tingkat suasana hati yang negatif, dan kepuasan hidup yang tinggi. Pengalaman positif yang terkandung dalam kesejahteraan subjektif tinggi adalah konsep inti dari psikologi positif karena mereka membuat menguntungkan hidup.

Subjective well-being memiliki pengertian yaitu evaluasi individu terhadap kesejahteraan psikologisnya, atau dengan kata lain disebut *happiness*. *Subjective wellbeing* memiliki dua unsur yaitu afektif dan kognitif. Bila secara afektif orang tersebut merasa bahagia dan secara kognitif ia menilai hidupnya memuaskan maka bisa dikategorikan memiliki *subjective well-being* yang tinggi. Unsur afektif berkenaan mengenai emosi, suasana hati (*mood*) dan perasaan (*feelings*) individu tersebut. Sedangkan unsur kognitif merujuk kepada pemikiran seorang individu terhadap kepuasan hidupnya secara menyeluruh dan juga secara spesifik atau dalam bagianbagian tertentu, seperti kehidupan kerjanya atau hubungannya dengan individu yang lain (*relation*) (Nayana, 2013).

Agustin dan Afriyeni (2016) mengatakan bahwa individu yang memiliki level *subjective well-being* yang tinggi pada umumnya akan mampu mengatur emosinya dan menghadapi berbagai masalah dalam dengan lebih baik. Sementara individu dengan SWB yang rendah cenderung menganggap rendah hidupnya dan memandang peristiwa yang terjadi sebagai suatu hal yang tidak menyenangkan sehingga menimbulkan emosi yang tidak menyenangkan pula seperti kecemasan, depresi dan kemarahan.

Diener,dkk (dalam Coralia 2015) mendefinisikan *subjective well-being* sebagai evaluasi kognitif dan afektif seseorang tentang hidupnya. Evaluasi ini meliputi penilaian emosional terhadap berbagai kejadian yang dialami yang sejalan dengan penilaian kognitif terhadap kepuasan dan pemenuhan kebutuhan. Seseorang dideskripsikan mempunyai *subjective well-being* yang tinggi apabila ia menilai kepuasan hidupnya tinggi, dan merasakan afek positif lebih sering dibandingkan afek negatif (diener dan lucas dalam ryan & deci, 2001).

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa *subjective well-being* merupakan evaluasi subyektif seseorang tentang kehidupannya yang diantaranya mengenai perasaan positif maupun negatif serta kepuasan hidup yang dirasakannya.

Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Subjective well-being*

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* adalah sebagai berikut (dalam Ariati, 2010) :

1. Harga diri positif, yaitu campbell menyatakan bahwa harga diri merupakan prediktor yang menentukan kesejahteraan subjektif. Harga diri yang tinggi akan menyebabkan seseorang memiliki kontrol yang baik terhadap rasa marah, mempunyai hubungan yang intim dan baik dengan orang lain, serta kapasitas produktif dalam pekerjaan. Hal ini akan menolong individu untuk mengembangkan kemampuan hubungan interpersonal yang baik dan menciptakan kepribadian yang sehat.
2. Kontrol diri, yaitu diartikan sebagai keyakinan individu bahwa ia akan mampu berperilaku dengan cara yang tepat ketika menghadapi suatu peristiwa. Kontrol diri ini akan mengaktifkan proses emosi, motivasi, perilaku dan aktivitas fisik serta mampu mengatasi konsekuensi dari keputusan yang telah diambil serta mencari pemaknaan atas peristiwa tersebut.
3. Ekstrovert, yaitu individu dengan kepribadian ekstrovert akan tertarik pada hal-hal yang terjadi di luar dirinya, seperti lingkungan fisik dan sosialnya. Penelitian Diener dkk. (1999) mendapatkan bahwa kepribadian ekstrovert secara signifikan akan memprediksi terjadinya kesejahteraan individual. Orang-orang dengan

kepribadian ekstrovert biasanya memiliki teman dan relasi sosial yang lebih banyak, mereka pun memiliki sensitivitas yang lebih besar mengenai penghargaan positif pada orang lain.

4. Optimis, yaitu orang yang optimis mengenai masa depan merasa lebih bahagia dan puas dengan kehidupannya. Individu yang mengevaluasi dirinya dalam cara yang positif, akan memiliki kontrol yang baik terhadap hidupnya, sehingga memiliki impian dan harapan yang positif tentang masa depan.
5. Relasi sosial yang positif yaitu, akan tercipta bila adanya dukungan sosial dan keintiman emosional. Hubungan yang di dalamnya ada dukungan dan keintiman dalam kehidupan pernikahan akan membuat individu mampu mengembangkan harga diri, meminimalkan masalah-masalah psikologis, kemampuan pemecahan masalah yang adaptif, dan membuat individu menjadi sehat secara fisik.
6. Memiliki arti dan tujuan dalam hidup, yaitu dalam beberapa kajian arti dan tujuan hidup sering dikaitkan dengan konsep religiusitas. Penelitian melaporkan bahwa individu yang memiliki kepercayaan religi yang besar, memiliki kesejahteraan psikologis yang besar.

Berdasarkan pernyataan di atas disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* adalah harga diri positif yang berpengaruh pada kesejahteraan diri individu tersebut, kontrol diri yang baik, kepribadian yang terbuka agar lebih mampu melakukan interaksi dengan lingkungan sosial dan memiliki relasi yang lebih luas, serta optimis dalam menghadapi setiap rintangan dan masalah yang dihadapi akan mampu membawa individu memiliki kesejahteraan diri positif yang memiliki arti dan tujuan hidup yang baik.

Komponen *Subjective well-being*

Dalam Coralia (2015) *Subjective well-being* terdapat tiga aspek yang diungkapkan, yaitu:

1. *Life satisfaction*, yakni penilaian kognitif seseorang mengenai kehidupannya, apakah kehidupan yang dijalannya berjalan dengan baik. *Life satisfaction* ini dapat diukur dengan melihat derajat kepuasan seseorang terhadap hidupnya baik itu dalam konteks kesehatan, merasakan kehidupan ini indah maupun dari seberapa seringnya tertawa. Komponen kognitif ini merupakan kesenjangan yang dipersepsikan antara keinginan dan pencapaiannya apakah terpenuhi atau tidak. *Life satisfaction* merupakan penilaian subjektif seseorang mengenai seberapa dekat kehidupannya saat ini dengan kehidupan ideal.
2. *Positive affect*, yaitu evaluasi individu mengenai kejadian-kejadian yang dialami dalam hidupnya berupa gambaran emosi yang menyenangkan, seperti energik, senang, ketenangan diri, merasa menarik, bangga, mempunyai kasih sayang, bahagia, dan kegembiraan yang luar biasa. Emosi positif atau menyenangkan adalah bagian dari *SWB* karena emosi-emosi tersebut merefleksikan reaksi seseorang terhadap peristiwa-peristiwa yang menunjukkan bahwa hidup berjalan sesuai dengan apa yang ia inginkan.
3. *Negative affect*, yakni Afek yang mempresentasikan suasana hati dan emosi yang tidak menyenangkan dan merefleksikan respon negatif yang dialami seseorang sebagai reaksinya terhadap kehidupan, kesehatan, keadaan, dan peristiwa yang mereka alami seperti merasah bersalah, malu, sedih, cemas, marah, stres, depresi, takut dan iri hati/cemburu.

Ariati (2010) menyebutkan bahwa *subjective well-being* memiliki dua pendekatan teori yang digunakan diantaranya yaitu :

1. *Bottom up theories*, yaitu teori yang memandang bahwa kepuasan hidup serta kebahagiaan yang dialami seseorang tersebut tergantung dari seberapa seringnya kebahagiaan kecil serta jumlah kejadian yang membuatnya bahagia. Sehingga kesejahteraan subjek atau *subjective well-being* merupakan jumlah dari seluruh pengalaman positif yang terjadi dalam kehidupan seseorang. Semakin banyaknya peristiwa menyenangkan yang terjadi, maka semakin bahagia dan puas individu tersebut. Untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif, teori ini beranggapan perlunya mengubah lingkungan dan situasi yang akan mempengaruhi pengalaman individu, misalnya: pekerjaan yang memadai, lingkungan rumah yang aman, pendapatan/gaji yang layak.
2. *Top down theories*, dimana kesejahteraan subjektif yang dialami seseorang tergantung dari cara individu tersebut mengevaluasi dan menginterpretasi suatu peristiwa/kejadian dalam sudut pandang yang positif. Perspektif teori ini menganggap bahwa, individu lah yang menentukan atau memegang peranan apakah peristiwa yang dialaminya akan menciptakan kesejahteraan psikologis bagi dirinya. Pendekatan ini mempertimbangkan jenis kepribadian, sikap, dan cara-cara yang digunakan untuk menginterpretasi suatu peristiwa. Sehingga untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif diperlukan usaha yang berfokus pada mengubah persepsi, keyakinan dan sifat kepribadian seseorang.

Hubungan *self-efficacy* dan *subjective well being*

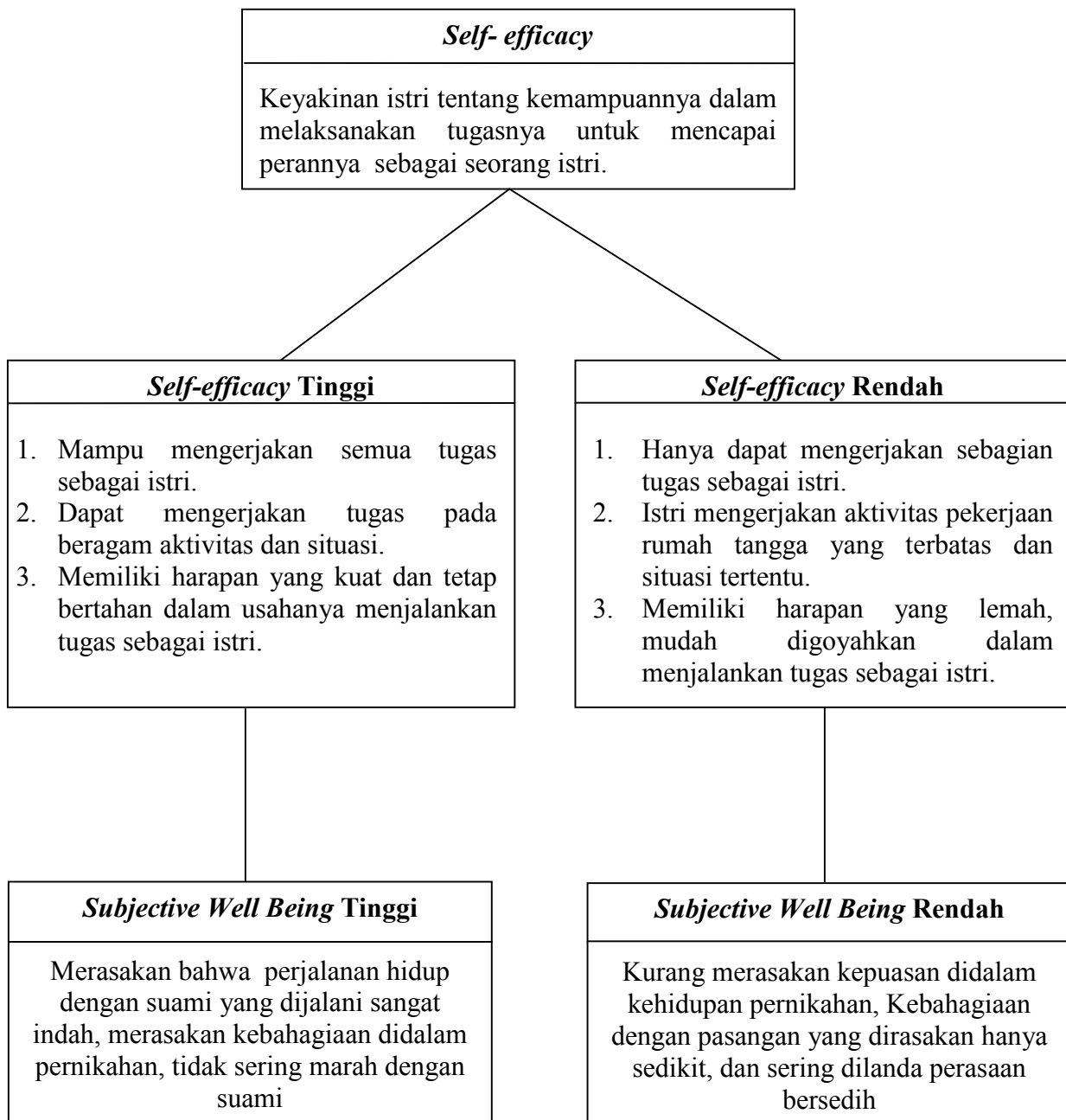
Hubungan *Self-efficacy* dengan *Subjective well-being* secara garis besar menunjukkan bahwa *Self-efficacy* dapat mempengaruhi prestasi, kesehatan, kesuksesan beradaptasi, dan juga memberikan kontribusi terhadap kepuasan hidup dan kesejahteraan subjek (Bandura dalam Ghufon 2014).

Mengacu dari kajian secara teoritis sebelumnya, dapat dilihat keterkaitan antara kedua variabel penelitian. *Self-efficacy* merupakan keyakinan individu tentang kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu. Beberapa tugas sebagai seorang istri salah satunya dengan mengurus rumah tangga. Seorang istri yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi akan mampu mengerjakan tugas tersebut baik dengan beragam aktivitas serta gigih dalam melaksanakannya, dengan demikian akan berpengaruh terhadap kepuasan hidup, suasana hati dan emosi istri tersebut. Evaluasi tentang kepuasan hidup dan emosi merupakan bagian dari *subjective well-being*.

Namun begitu juga sebaliknya jika istri yang memiliki *self-efficacy* rendah seperti mudah menyerah dalam pekerjaan rumah tangga kemudian hanya dapat mengerjakannya secara terbatas, maka keadaan tersebut juga akan mempengaruhi pada afek negatif yang dirasakannya seperti perasaan sedih, marah karena tidak dapat menyelesaikan tugas pekerjaan rumah tersebut dan kepuasan hidup yang dirasakan juga cenderung berkurang. Sehingga evaluasi terhadap kepuasan dan emosinya juga tergolong rendah.

Individu yang mempunyai *self-efficacy* yang tinggi dapat melihat segala sesuatunya dengan positif, berani menghadapi tantangan dan melakukan tugas yang berat sekalipun, mereka beranggapan bahwa suatu permasalahan tersebut merupakan sesuatu yang harus diselesaikan bukan sesuatu hambatan yang harus dihindari. Maka hal tersebut akan membantu seseorang mengevaluasi hidupnya dengan baik sehingga tercapailah *Subjective well-being*. Sebaliknya seseorang yang memiliki *Self-efficacy* yang rendah akan cenderung mengalami depresi, kecemasan dan keputusasaan sehingga pencapaian *Subjective well-being* dipengaruhi oleh *Self-efficacy*. Penelitian yang dilakukan oleh Karademas (dalam Lestari & Hartati, 2016) menunjukkan bahwa *self efficacy* sebagai kemampuan untuk mengorganisasikan dan melaksanakan rangkaian tindakan yang dibutuhkan untuk menghasilkan sesuatu yang ingin dicapai, sehingga pada akhirnya dapat memberikan kepuasan hidup.

Kerangka Berpikir



Hipotesis

Peneliti mengajukan hipotesis yaitu terdapat hubungan positif antara *self-efficacy* dengan *subjective well being* pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional dengan dua variabel. Pendekatan korelasional melihat hubungan antara variabel X dan Y tanpa memberikan perlakuan pada variabel tersebut. Menggunakan metode kuantitatif karena data penelitian berupa angka-angka dan analisis menggunakan perhitungan statistik (Sugiyono, 2016).

Subyek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah istri yang menjalani pernikahan jarak jauh yang berada di Kecamatan Sananwetan, Kota Blitar, Provinsi Jawa Timur. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling* yaitu teknik pengambilan sampel yang berdasarkan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2016). Alasan menggunakan teknik *Purposive Sampling* yaitu adanya pertimbangan dalam penelitian ini dengan menentukan karakteristik subjek yang akan digunakan dalam penelitian. Adapun beberapa karakteristik subyek yang akan diteliti yaitu :

- a. Istri yang sedang menjalani pernikahan jarak jauh dalam kurun waktu minimal 3 bulan.
- b. Terpisah pada jarak minimal 80Km baik yang berada diluar kota, provinsi maupun ditempat yang cukup jauh sehingga tidak memungkinkan untuk tinggal bersama selama beberapa waktu dan akan bertemu pada akhir pekan atau pada hari-hari tertentu (cuti, tanggal merah, dan hari libur nasional) (Gerstel & Gross dalam Pratama, 2016).
- c. Usia pernikahan pada 5 tahun pertama. Pada lima tahun pertama pernikahan sering dinilai sebagai tahun-tahun yang kritis dalam pernikahan. Lima tahun pertama pernikahan merupakan masa rawan, karena pengalaman bersama masih belum banyak (Nema dalam Muslimah, 2015).

Variabel dan Instrumen Penelitian

Variabel dalam penelitian ini menggunakan dua variabel, yakni variabel bebas (X) dan variabel terikat (Y). Adapun yang menjadi variabel yang dimaksud yaitu, variabel bebas (X) (*independent*) yaitu *self-efficacy* kemudian variabel terikat (Y) (*dependent*) yaitu *subjective well-being*.

Self-efficacy merupakan keyakinan istri yang menjalani pernikahan jarak jauh dilihat dari kemampuan yang dimilikinya untuk mengerjakan tugas tertentu yang dapat dilihat dari pandangan istri mengenai tugas, kekuatan dalam mengerjakan dan keyakinan dapat mengerjakan tugas-tugas dengan baik. Pengambilan data *self-efficacy* dalam penelitian ini melalui skor yang diperoleh istri dalam alat ukur berupa skala *self-efficacy*.

Subjective well-being adalah penilaian istri yang menjalani pernikahan jarak jauh yang mengenai kehidupannya, diantaranya penilaian yang bersifat kognitif berupa *life satisfaction* atau kepuasan hidup dan penilaian yang bersifat afektif berupa emosi positif dan negatif. Pengambilan data *subjective well-being* dalam penelitian ini melalui skor yang diperoleh istri dalam alat ukur berupa skala *subjective well-being*.

Pada penelitian ini alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala yang terdiri dari skala *self-efficacy* dan skala *subjective well-being*. *Self-efficacy* dalam penelitian ini diungkapkan dengan menggunakan skala *sherer et al. General Self efficacy Scale* dari penelitian Imam (2007) yang terdiri dari aspek *level, generality, strenght*, dan terdapat 17 item contoh itemnya yaitu “Ketika saya membuat rencana, saya yakin bisa mengerjakan”. Skala *General Self efficacy Scale sherer et al* dari hasil adaptasi memiliki indeks validitas berkisar antara 0.23–0.66 dengan nilai reliabilitas 0.85. Kemudian untuk skala *subjective well-being* ini mengadaptasi dari penelitian Amalia (2015) yang mengacu pada tiga aspek *subjective well-being*, diantaranya afek positif, afek negatif dan kepuasan hidup. Akan tetapi peneliti merubah beberapa item dikarenakan item sebelumnya kurang spesifik yakni berkaitan tentang lansia berbeda dengan subjek yang akan diteliti pada penelitian ini, sehingga peneliti merubahnya dengan menyesuaikan dengan konsep penelitian ini yang akan mengukur kepuasan hidup dan afek pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh dan terdapat 30 item, contoh itemnya yaitu “Saya gembira mendengar kabar baik dari suami”.

Tabel 1.Indeks Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Penelitian

Alat Ukur	Jumlah Item Diajukan	Jumlah Item Valid	Indeks Validitas	Nilai Reliabilitas (Cronbach's Alpha)
Skala <i>Self-efficacy</i>	17 item	15 item	0,341 - 0,735	0,824
Skala <i>Subjective well-being</i>	30 item	22 item	0,312 - 0,720.	0,87

Setelah melakukan tryout, pada skala *self-efficacy* perhitungan validitas item skala terdiri dari 17 item, Reliabilitas diperoleh dari koefisien alpha sebesar 0,809 dan terdapat item yang tidak valid dalam skala ini yaitu item nomor 6. Setelah melakukan analisa kembali Reliabilitas diperoleh dari koefisien Alpha sebesar 0,824 dan terdapat 1 item yang tidak valid lagi yaitu item nomor 2, sehingga diperoleh 15 item yang valid. Untuk indeks validitas skala *self-efficacy* berkisar antara 0,341 – 0,735 dengan Reliabilitas alpha 0,824 yang termasuk memiliki reliabilitas yang tinggi pada skala ini.

Skala *subjective well-being* setelah melakukan tryout, pada skala *subjective well-being* perhitungan validitas item skala terdiri dari 30 item, Reliabilitas diperoleh dari koefisien alpha sebesar 0,828 dan terdapat 8 item yang tidak valid dalam skala ini yaitu item nomor 8,19,21,23,24,26,28,29, sehingga diperoleh 22 item yang valid setelah melakukan analisa kembali. Untuk indeks validitas skala *subjective well-being* berkisar antara 0,312 – 0,720 dengan Reliabilitas diperoleh dari koefisien Alpha sebesar 0,870 yang berarti skala ini memiliki reliabilitas yang tinggi.

Kedua skala yang digunakan disusun menggunakan skala Likert. Skala ini terdiri dari lima kategori jawaban nilainya bergerak dari angka 1 sampai dengan 4. Kategori jawaban tersebut yaitu : Sangat Tidak Setuju (STS), Tidak Setuju (TS), Setuju (S),

Sangat Setuju (SS). Dimana alternatif jawaban-jawaban tersebut harus dipilih salah satu oleh subjek.

Prosedur dan Analisa Data Penelitian

Secara umum, penelitian yang akan dilakukan memiliki tiga prosedur utama sebagai berikut :

Persiapan, tahap persiapan ini peneliti melakukan pendalaman materi melalui kajian teoritik. Peneliti mengembangkan dan mengadaptasi alat ukur berdasarkan aspek dalam variabel kemudian peneliti pada tanggal 20 Juni sampai dengan 17 Juli 2017 di Kota Malang melakukan uji coba atau *try out* berjumlah 50 orang pada beberapa orang yang dijumpai peneliti. Setelah data *try out* terkumpul kemudian peneliti melakukan uji validitas untuk menemukan item yang valid setelah dilakukan *try out*.

Pelaksanaan, tahap ini peneliti melakukan penyebaran skala *self-efficacy* dan *subjective well being* kepada 100 istri yang sedang menjalani hubungan jarak jauh dengan suaminya pada tanggal 1 Agustus sampai dengan 29 Agustus 2017 bertempat di kecamatan Sananwetan Kota Blitar. Teknik pengambilan datanya dengan cara *Purposive Sampling*. Alasan menggunakan teknik *Purposive sampling* ini dikarenakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu yakni berdasarkan karakteristik subjek yang telah ditentukan oleh peneliti (Sugiyono, 2016).

Analisa data, tahap terakhir dalam penelitian ini yaitu melakukan analisa data menggunakan metode *Corelation Product Moment Pearson's*. Metode ini digunakan untuk mencari hubungan variabel *independent* dan *dependent* dalam penelitian ini. Secara sederhana penelitian ini mencari “ Hubungan antara *Self-efficacy* dengan *Subjecrtive well-being* pada Istri yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh”. Peneliti menggunakan program SPSS 21 dalam melakukan analisa data. Untuk mendapatkan hasil yang sesuai peneliti melakukan uji normalitas dan uji linearitas.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 100 subjek yang berada di kecamatan Sananwetan Kota Blitar Jawa Timur didapatkan beberapa hasil penelitian pada subjek terkait dengan *Self-efficacy* dan *Subjective well-being* yang digambarkan dalam tabel berikut ini:

Tabel 2. Karakteristik Subjek

	Kategori	Frekuensi	Prosentase
Usia Pernikahan			
	1-2 Tahun	26	26%
	3-4 Tahun	54	54%
	5 Tahun	20	20%
Lama waktu LDR			
	1-2 Tahun	88	88%
	3-4 Tahun	12	12%

Pendidikan			
	SMA	31	31%
	Diploma	26	26%
	Sarjana	43	43%
Jumlah Anak			
	1 Anak	61	61%
	2 Anak	27	27%
	Belum Ada	12	12%
Total		100	100%

Berdasarkan data dari tabel dapat disimpulkan bahwa subjek dari kategori usia yang paling banyak yaitu pada usia pernikahan 3 sampai 4 tahun terdapat 54 subjek (54%). Kemudian pada kategori lama waktu LDR paling banyak pada lama waktu LDR 1 sampai 2 tahun 88 subjek (88%). Selanjutnya dilihat dari tingkat pendidikan yang paling banyak pada subjek berpendidikan Sarjana sebanyak 43 subjek (43%). Dan jika dilihat kategori jumlah anak yang paling banyak pada subjek yang memiliki 1 anak yaitu sebanyak 61 subjek (61%).

Setelah melakukan analisa deskriptif untuk karakteristik data subjek di atas, peneliti melanjutkan pada tahap yang selanjutnya untuk mengetahui frekuensi kategori pada tiap variabel. Adapun rinciannya sebagai berikut:

Tabel 3. Kategori Prosentase *Self-efficacy* dengan *Subjective well-being*

		<i>Subjective well-being</i>	
		Tinggi	Rendah
<i>Self-efficacy</i>	Tinggi	30%	23%
	Rendah	18%	29%
Total		100%	

Berdasarkan tabel tersebut dari 100 subjek penelitian frekuensi terbanyak terdapat pada kategori *self-efficacy* tinggi dan *subjective well-being* tinggi sebanyak 30 subjek, namun frekuensi tersebut hanya selisih 1 angka lebih rendah dengan kategori *self-efficacy* dan *subjective well-being* rendah yakni sebanyak 29 subjek.

Setelah didapatkan data di atas, peneliti menganalisis pada tahap selanjutnya dengan melakukan uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui penerimaan ataupun penolakan dari hipotesis.

Tabel 4. Korelasi *Self-efficacy* dengan *Subjective well-being*

Koefisien Korelasi (r)	Indeks Analisis
Koefisien Korelasi (r)	0,311
P (Nilai Signifikasi)	0,002
Koefisien Determinasi (KD)	0,97
N	100

Dari hasil analisis menggunakan korelasi *product moment* pada tabel tersebut dapat diketahui nilai koefisien korelasi sebesar 0,311 ($r = 0,311$, $P = 0,002$) yang

menunjukkan bahwa *self-efficacy* dengan *subjective well-being* memiliki hubungan yang positif. Artinya semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin tinggi *subjective well-being*, begitu pula sebaliknya semakin rendah *self-efficacy* maka semakin rendah *subjective well-being*. Hasil analisis tersebut membuktikan bahwa hipotesis penelitian diterima. Adapun sumbangan efektif variabel *self-efficacy* dengan *subjective well-being* pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh sebesar 9,7% yang ditunjukkan oleh nilai koefisien determinasi (*KD*) 0,97% dan sisanya sebesar 90,3% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain diluar variabel *self-efficacy*.

DISKUSI

Dari hasil penelitian yang dilakukan, didapatkan hasil bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara *self-efficacy* dengan *subjective well-being* pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh didapatkan nilai korelasi sebesar ($r = 0,311$). Hal ini menunjukkan semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin tinggi *subjective well-being* pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh, sebaliknya semakin rendah *self-efficacy* maka semakin rendah *subjective well-being*nya. Hasil penelitian ini membuktikan hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat hubungan positif antara *self-efficacy* dengan *subjective well being* pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh dapat diterima. Kemudian sumbangan variabel *self-efficacy* terhadap *subjective well-being* sebesar 9,7% dan sisanya sebesar 90,7% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain diluar variabel *self-efficacy*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Karademas (dalam Dinar, 2015) yang mengatakan bahwa pencapaian *subjective well-being* dipengaruhi oleh *self-efficacy*. Dengan *self-efficacy* sebagai kemampuan untuk mengorganisasikan dan melaksanakan rangkaian tindakan yang dibutuhkan untuk menghasilkan sesuatu yang ingin dicapai, pada akhirnya dapat memberikan kepuasan hidup yang merupakan indikator dari *subjective well-being*. *Self-efficacy* menentukan perbedaan bagaimana orang tersebut berpikir, merasa, dan bertindak. *Self-efficacy* berkenaan dengan rasa optimis seseorang untuk mampu menghadapi berbagai macam tekanan di dalam hidupnya. Seseorang yang memiliki *self-efficacy* yang tinggi mampu melihat segala sesuatunya dengan positif, berani menghadapi tantangan dan melakukan tugas yang berat sekalipun, menganggap masalah sebagai sesuatu yang harus diselesaikan bukan sesuatu ancaman yang harus dihindari, maka hal tersebut akan membantu seseorang mengevaluasi hidupnya dengan baik sehingga tercapailah *subjective well-being*. Sebaliknya seseorang yang memiliki *self-efficacy* yang rendah akan cenderung sering mengalami depresi, kecemasan dan keputusasaan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri dan Veronika (2014) yang mengatakan bahwa untuk dapat meningkatkan *subjective well-being* juga dapat dilakukan dengan mengatasi perasaan negatif dalam diri yaitu dengan meningkatkan *self-efficacy*. *Self-efficacy* memiliki hubungan terhadap banyak indikator dari penyesuaian psikososial termasuk fungsi negatif (psikopatologi) dan indikator kesehatan mental atau fungsi netral seperti *subjective wellbeing*.

Hasil analisis yang menunjukkan hubungan positif dan signifikan antara *self-efficacy* terhadap *subjective well being* sama halnya dengan penelitian yang dilakukan Maujean

dan Davis (2013) yang menunjukkan bahwa efikasi diri individu yang tinggi dapat meningkatkan perasaan positif dari individu, memberikan hubungan yang positif dengan kepuasan hidup dan memiliki hubungan yang negatif dengan perasaan negative. Ketika individu yakin terhadap kemampuannya dalam melakukan tugas yang sedang dihadapi maka individu akan memiliki usaha dan berpikir positif ketika menghadapi sesuatu, ia akan lebih merasakan adanya perasaan yang positif dan tidak akan cemas dan khawatir akan kegagalan.

Hasil penelitian lain yang mendukung penelitian ini dilakukan oleh Agustin dan Afriyeni (2016) terkait tentang pengaruh *Self efficacy* terhadap *Subjective well-being* kepada guru Sekolah Luar Biasa di kota Padang. Dari hasil penelitian tersebut dapat diketahui bahwa kedua variabel tersebut berpengaruh secara signifikan hal ini menunjukkan semakin tinggi tingkat *Self-efficacy* maka semakin tinggi pula *Subjective well-being*, dan juga sebaliknya. Namun besarnya kontribusi *Self-efficacy* terhadap *Subjective well-being* sangat rendah yakni 6,8%.

Dari hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa koefisien determinasi sebesar 0,97. Hal ini dapat diartikan bahwa variabel *self-efficacy* memberikan kontribusi sebesar 9,7% terhadap variabel *subjective well-being* dan 90,3% lainnya dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ikut diteliti pada penelitian ini. Dalam hal ini menunjukkan bahwa bukan hanya dengan *self-efficacy* saja seseorang dapat menentukan *subjective well-being*nya. Akan tetapi masih terdapat variabel lain yang dapat mempengaruhinya. Menurut penelitian Dinar (2015) yang mengatakan bahwa variabel lain yang dapat mempengaruhi *subjective well-being* yang dimaksudkan diantaranya yaitu harga diri (*self-esteem*), *sense of perceived control* (kepercayaan pada kemampuan diri), ekstrasversi, kepribadian, optimisme, hubungan dan dukungan sosial, neurotisme yang rendah, pengaruh budaya dan masyarakat, dan proses kognitif, genetic, demografis, jenis kelamin, usia, pendidikan, perkawinan, pendapatan, pekerjaan, kesehatan, agama, waktu luang, etnis, peristiwa kehidupan, dan kompetensi.

Dari hasil deskripsi variabel diketahui kategori *self-efficacy* tinggi menduduki persentase yang tinggi, hal tersebut dapat diketahui bahwa menurut Bandura (dalam Ghufon 2014) *self-efficacy* dapat ditumbuhkan dan dipelajari melalui empat sumber informasi utama seperti dari pengalaman keberhasilan, pengalaman orang lain, persuasi verbal, dan kondisi fisiologis. Sedangkan subjek yang menduduki persentase *self-efficacy* rendah tersebut mungkin memiliki hambatan yang dapat dilihat dari beberapa faktor diantaranya sifat tugas yang dihadapinya, insentif internal berupa penghargaan dari orang lain, status atau peran individu didalam lingkungan, dan informasi tentang kemampuan dirinya.

Pada persentase kategori *subjective well-being* banyak yang rendah, hal ini dikarenakan pada subjek istri yang menjalani pernikahan jarak jauh tersebut merasakan bahwa evaluasi tentang kehidupannya terlepas dari hubungannya dengan tugas-tugas pekerjaan rumah tangga sebagai seorang istri. Selain itu dapat dilihat dari beberapa faktor yang mempengaruhi *subjective well-being* seperti harga diri positif, kontrol diri, ekstrovert, optimis, relasi sosial yang positif, dan memiliki arti dan tujuan hidup. Seligman dan Csikszentmihalyi (dalam Luthans, 2006) menganggap *subjective well-being* lebih luas dan mendefinisikannya sebagai sisi afektif seseorang (suasana hati dan emosi) dan evaluasi kognitif kehidupan mereka. Dalam arti psikologi, tidak penting orang

menggunakan kebahagiaan atau *subjective well-being*, tetapi kuncinya adalah bagaimana mereka secara emosional menginterpretasikan dan secara kognitif memproses apa yang terjadi pada mereka. Selain itu peranan *subjective well-being* berhubungan dengan proses tujuan, dimana orang akan merasa lebih baik saat mereka membuat perkembangan atau kemajuan terhadap tujuan yang sangat berharga daripada saat mereka berhasil mencapai tujuan yang kurang berharga. Sedangkan sebaliknya pada subjek yang menduduki presentase *subjective well-being* tinggi tersebut mereka memiliki evaluasi didalam hidupnya yang baik seperti merasakan kepuasan didalam hidupnya, merasakan kebahagiaan serta kasih sayang, dan tidak sering merasakan kesedihan.

Berdasarkan hasil menunjukkan fakta bahwa kategorisasi frekuensi terbanyak berada pada kategori *self-efficacy* tinggi dan *subjective well-being* yang tinggi pula, selanjutnya hanya selisih satu angka lebih rendah dengan kategori *self-efficacy* dan *subjective well-being* rendah. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Dinar (2015) yang menyatakan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* maka semakin tinggi pula *subjective well-being* dan sebaliknya. Pernyataan tersebut juga diperkuat oleh Bandura (dalam Dinar, 2015) yang mengatakan bahwa hubungan *self-efficacy* dengan *subjective well-being* secara garis besar literatur membuktikan bahwa keyakinan mempengaruhi kesehatan, prestasi, dan kesuksesan beradaptasi. Bandura juga menjelaskan *self-efficacy* memiliki ruang lingkup dan fungsi di dalam belajar, bekerja, berolahraga, kesehatan, penyesuaian diri, dan kesejahteraan.

Pada kategori *self-efficacy* tinggi dan *subjective well-being* yang rendah para istri tersebut cenderung merasa bahwa para istri memang sudah berkewajiban untuk melaksanakan tugas pekerjaan rumah tangga, sehingga tidak berpengaruh terhadap *subjective well-being*nya. peran istri didalam rumah tangga diantaranya memang mengerjakan tugas-tugas rumah tangga, hal ini dikemukakan oleh Indra Lestari (dalam Saala, 2015) mengenai pembagian pekerjaan dalam rumah tangga diantaranya yaitu mengurus dan membimbing anak, mengurus suami, mengurus pekerjaan rumah tangga, ikut mencari penghasilan. Selain itu pendapat lain juga dikemukakan oleh Anderson & Spruill (dalam Julinda, 2010) yang menemukan bahwa pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh biasanya sangat tradisional dalam pembagian tugas dalam keluarga, dimana istri khususnya lebih banyak melakukan pekerjaan rumah tangga yang berhubungan dengan tugas sehari-hari seperti menyiapkan sarapan, membersihkan rumah, perawatan sehari-hari bahkan mengurus transportasi untuk anak-anak. Dengan demikian *self-efficacy* pada istri berkaitan dengan meningkatnya *subjective well-being* memang tidak berpengaruh besar, dikarenakan hal itu memang sudah menjadi kewajiban sebagai seorang istri untuk mengurus pekerjaan rumah tangga sehingga kepuasan ataupun kebahagiaan yang dirasakan juga sudah wajar dan hal biasa untuk dirasakan terlepas dari pengaruh tugas sebagai istri tersebut.

Sebaliknya pada *self efficacy* rendah dan *subjective well-being* tinggi hal tersebut menunjukkan bahwa para istri yang memiliki *subjective well-being* yang tinggi namun *self-efficacy* rendah cenderung berpengaruh dari selain *self-efficacy* seperti kepribadian, peristiwa hidup atau faktor lainnya. Faktor lainnya tersebut yang mungkin berhasil dapat mempengaruhi tingginya *subjective well-being* (dalam Ariati, 2010) terdapat enam faktor yaitu harga diri positif, kontrol diri, ekstrovert, optimis, relasi sosial yang positif dan memiliki arti dan tujuan dalam hidup.

Dari penjelasan hasil analisa diatas, penulis menyadari adanya kelemahan-kelemahan dalam melakukan penelitian ini. Beberapa hambatan yang terjadi selama proses penelitian diantaranya yaitu peneliti belum mengetahui secara pasti jumlah populasi dari subyek yang akan diteliti, mengingat pada kecamatan tersebut belum ada data jumlah penduduk yang menjalani pernikahan jarak jauh. Peneliti terbatas dalam pengambilan data berdasarkan usia pernikahan, sehingga peneliti belum dapat mengetahui secara keseluruhannya mengingat data dalam jumlah banyak serta data tersebut bersifat rahasia dan tidak dapat di perbanyak. Dan untuk meminimalisir waktu penelitian selebihnya data subjek peneliti dapatkan dari hasil wawancara dengan warga setempat untuk menyesuaikan dengan kategori subjek yang akan dibutuhkan dalam penelitian.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dengan *subjective well-being* pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh. Penelitian ini membuktikan bahwa semakin tinggi *self-efficacy* seseorang maka semakin tinggi pula *subjective well-being* pada individu tersebut.

Adapun implikasi dari penelitian ini adalah bagi istri yang menjalani pernikahan jarak jauh di kecamatan Sananwetan Kota Blitar, diharapkan untuk dapat meningkatkan *self-efficacy* yang ada dalam dirinya mengingat sikap *self-efficacy* dapat ditumbuhkan dan dipelajari sehingga dapat meningkatkan *subjective well-being* didalam kehidupannya termasuk didalam pernikahannya. Ada berbagai macam sumber *self-efficacy* untuk dapat ditumbuhkan dan dipelajari salah satunya yaitu meningkatkan atau menanamkan keyakinan dan perasaan positif terhadap segala tindakan yang dilakukan pada istri agar dapat mengalihkan pikiran kalau suami sedang berada diluar kota. Kemudian penelitian ini mampu memberikan wacana baru tentang pernikahan jarak jauh. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan dari penelitian ini, jika penelitian dengan variabel yang sama usahakan memberikan variasi kepada kriteria subjek penelitian, seperti memberikan kuisioner kepada kedua pasangan sekaligus ataupun menggunakan kriteria subjek penelitian yang berbeda dari penelitian sebelumnya yang sudah dilakukan dan disarankan untuk mengambil subjek penelitian yang lebih luas lagi, karena subjek dalam penelitian ini hanya berada dikecamatan Sananwetan Kota Blitar karena *self-efficacy* sangat penting untuk berbagai bidang tugas. Selain itu didalam keterbatasan penelitian ini juga dapat lebih dikembangkan melalui penelitian selanjutnya, dengan mengambil tema yang sama dapat menggunakan variabel lain untuk dapat meningkatkan *subjective well-being* seperti keharmonisan pernikahan, *self-esteem*, dukungan sosial, optimisme, pendapatan dan permasalahan lain didalam pernikahan sebagai variabel independen untuk mengetahui hubungannya terhadap *subjective well-being*.

REFERENSI

- Agustin, K., & Afriyeni, N. (2016). Pengaruh *self efficacy* terhadap subjective *well-being* pada guru slb di kota padang. *Jurnal Rap Unp*, Vol. 7, No. 1, 36- 43.
- Amalia,S. (2015). Pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap kebahagiaan (happines) pada lansia di kota malang. *Thesis Universitas Padjajaran*
- Ariati, J. (2010). *Subjective well-being* (kesejahteraan subjektif) dan kepuasan kerja pada staf pengajar (dosen) di lingkungan fakultas psikologi universitas diponegoro. *Jurnal Psikologi Undip*, Vol. 8, No.2.
- Bird, G., & Melville. (1994). *Families and intimate relationships*. United States Of America: Mc Graw-Hill.
- Coralia, C. P. S. F. (2015). *Subjective well-being* pada istri yang memiliki pasangan tunanetra. *Seminar Psikologi & Kemanusiaan*, Isbn: 978-979-796-324-8.
- Datu, J. A. (2013). *Be happy and believe in your capacity: establishing link between subjective well-being and self-efficacy among filipino adolescents*. *International Journal Of Research Studies In Psychology*, Volume 2 Number 3, 3-10.
- Dewi, E. M. P., & Basti. (2008). Konflik perkawinan dan model penyelesaian konflik pada pasangan suami istri. *Jurnal Psikologi*, Volume 2, No. 1,.
- Dinar, R. P. D. W. (2015). Hubungan antara *self-efficacy* dengan *subjective well-being* pada siswa sma negeri 1 belitang. *Seminar Psikologi & Kemanusiaan*, Isbn: 978-979-796-324-8.
- Ghufron, M. N., & Risnawita, R. (2014). *Teori-Teori Psikologi*. Jogjakarta: Ar-Ruzz Media.
- Humas Bnp2tki (19 April 2017). Data penempatan dan perlindungan tenaga kerja indonesia , From [Http://Www.Bnp2tki.Go.Id/Read/12024/Data-Penempatan-Dan-Perlindungan-Tki-Periode-Tahun-2016.Html](http://Www.Bnp2tki.Go.Id/Read/12024/Data-Penempatan-Dan-Perlindungan-Tki-Periode-Tahun-2016.Html)
- Imam, S. S. (2007). *Sherer et al. general self-efficacy scale: dimensionality, internal consistency, and temporal stability*. Department of Psychology International Islamic University Malaysia. *Conference, Singapore*
- Jimenez,V & Fanny,M. A. (2010). *The regulation of psychological distance in long-distance relationships*.
- Julinda & Liza, M. (2010). Gambaran kepuasan pernikahan isti pada pasangan commuter marriage. *Jurnal Psikologi Universitas Sumatera Utara*

- Kang, K.-S., & Roh, S.-S. (2016). *A study on self-esteem, self-efficacy, and subjective well-being of university freshmen. Asia-Pacific Proceedings Of Applied Science And Engineering For Better Human Life, Vo.5*, 23-26.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak RI. (2008). *Antar Kerja Antar Daerah (AKAD)*, diunduh dari http://storage.jak-stik.ac.id/ProdukHukum/MenPAN/index.php?option=com_docman&task=doc_download&gid=295&Itemid=112.pdf
- Kehidupan suami-isteri. (2007, November,24).*Surya* : Jogja. Halaman2
- Lestari, A., & Hartati, N. (2016). Hubungan *self efficacy* dengan *subjective well being* pada lansia yang tinggal di rumahnya sendiri. *Jurnal Rap Unp, Vol. 7, No. 1*.
- Linsiya, R. W. (2016). Pengaruh kecenderungan neurotik yang dimediasi efikasi diri terhadap *subjective well being* pada mahasiswa. *Seminar Asean Psychology & Humanity*.
- Luthans, F.(2006). *Perilaku Organisasi*. Yogyakarta: ANDI
- Maines (1993). *Long-distance romances. American Demographics* 15:47
- Margiani, K., & Ekayati, I. N. (2013). Stress, dukungan keluarga dan agresivitas pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia, Vol 2, No.3*, 191-198.
- Maujean, A., & Davis, P. (2013). *The relationship between self-efficacy and well-being in stroke survivors. International Journal of Physical medicine and Rehabilitation, 1(7)*. 1-10
- Mohammadi, M., Ali.A dan Hadi,H. (2016). *The relationship between couples' attachment style and self-efficacy with happiness and marital satisfaction. International Academic Journal Of Humanities, Vol. 3, No. 7(Issn 2454-2245)*, 8-17.
- Muslimah. (2015). Pola penyesuaian perkawinan 5 tahun pertama perkawinan pada wanita bekerja. *Jurnal universitas islam 45 Bekasi*
- Nayana, F. N. (2013). Kefungsian keluarga dan *subjective well-being* pada remaja. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan, Vol. 01, No.02*, 230-244.
- Olson, D. H., & DeFrain, J.(2006). *Marriage & families:intimacy, diversity, and strengths(fifth edition)*. United states of America: McGraw-Hill
- Pistole, M. C., & Roberts, A. (2011). *Measuring long-distance romantic relationships: a validity study. University Counseling Center Grand Valley State University Scholarworks*.

- Pratama, R.(2016). Hubungan kepercayaan dengan kepuasan pernikahan ibu rumah tangga yang memiliki suami bekerja di luar kota.*Skripsi*. Universitas kristen satya wacana.salatiga.
- Putri, A. D., & Veronika S.(2014). Hubungan antara *self efficacy* dengan *Subjective well-being* pada mahasiswa baru Politeknik Elektronika Negeri Surabaya (PENS) yang Kos. *Jurnal Psikologi Industri dan Organisasi*, Vol 3 No 3, 144-150.
- Rachmawati.(2014). Pengaruh *subjective well being*,*social influence*,*self esteem* dan faktor demografis terhadap *impulse buying*. *Skripsi*. Uin syarif hidayatullah jakarta.
- Reddy, D. K. J. (2012). *A comparative study of self- efficacy and subjective well- being among employed women and unemployed women*. Volume No.2(No.8), 54-57.
- Rubyasih, A. (2016). Model komunikasi perkawinan jarak jauh. *Jurnal Kajian Komunikasi*, Volume 4, No. 1, Hlm 109 - 119.
- Ryan, R.M & Deci, E.L. (2001). *On happiness and human potencial: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being*. University of Rochester
- Salaa, J. 2015. Peran ganda ibu rumah tangga dalam meningkatkan ekonomi keluarga di desa tarohan kecamatan beo kabupaten kepulauan talaud. *Jurnal Holistik Tahun VIII No. 15 / Januari – Juni*, Hal: 1-16.
- Santos, M. C. J., & Dkk. (2014). *Establishing the relationship between general selfefficacy and subjective well-being among college students*. *Asian Journal Of Management Sciences & Education*, Vol.3 No.1, 1-12.
- Sugiyono, P. D. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan r&d*. Bandung: Alfabeta.
- Swadiana, S.(2014). Penyesuaian perkawinan pada istri yang menjalani *commuter marriage*. S1 Thesis, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Syarifah, Y. I. L. (2016). Hubungan antara *social support* dan *self-efficacy* dengan stress pada ibu rumah tangga yang berpendidikan tinggi. *Jurnal Ilmiah Psikologi Vol. 3, No. 2*, 171 - 178.
- Ulfah, S. M., & Mulyana, O. P. (2014). Gambaran *subjective well being* pada wanita *involuntary childless*. *Character*, Volume 02 Nomor 3, 1-10.
- Widiana, H. S. (2008). Peranan keberfungsian keluarga dan efikasi diri terhadap reaksi stres. *Humanitas*. Vol.5 No.2 Agustus, 108-122.
- Wisnuwardhani, D., & Mashoedi, S.F. (2012). *Hubungan Interpersonal*. Jakarta: Salemba Humanika.

Yulianti, A. (2015). *Emosional distress* dan kepercayaan terhadap pasangan yang menjalani *commuter marriage*. *Seminar Psikologi & Kemanusiaan*, *Isbn: 978-979-796-324-8*, 1-25.

LAMPIRAN

LAMPIRAN I

Blue Print

Skala *Self-efficacy* dan *Subective Well-being*

BLUE PRINT

Skala Self-Efficacy

Sebelum Try Out

Aspek	Item		Total
	Favorable	Unfavorable	
Level		5,6,11,14,16	5
Generality	8	2,7, 10,12,17	6
Strenght	1,3,9,15,13	4	6
Total	6	11	17

Setelah Try Out

Aspek	Item		Total
	Favorable	Unfavorable	
Level		5,11,14,16	4
Generality	8	7, 10,12,17	5
Strenght	1,3,9,13,15	4	6
Total	6	9	15

BLUE PRINT

Skala Subjective well-being

Sebelum Try Out

Aspek	Item		Total
	Favorable	Unfavorable	
Positive Affect	1, 2, 3, 7, 12, 16, 23, 25, 26, 30		10
Negative Affect		17, 4, 13, 9, 27, 18, 21, 11, 29, 5	10
Life Satisfaction	20, 6, 15, 22, 28, 19	24, 10, 8, 14	10
Total	16	14	30

Setelah Try Out

Aspek	Item		Total
	Favorable	Unfavorable	
Positive Affect	1, 2, 3, 7, 12, 16, 25, 30		8
Negative Affect		17, 4, 13, 9, 27, 18, 11, 5	8
Life Satisfaction	20, 6, 15, 22	10, 14	6
Total	12	10	22

LAMPIRAN II
Hasil Analisis Validitas dan
Reliabilitas Skala *Self-efficacy* dan
Subjective Well-being

Output Skala *Self-Efficacy*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	50	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	50	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,809	17

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	48,48	18,989	,369	,802
item2	48,68	18,998	,302	,806
item3	48,20	18,857	,361	,802
item4	48,66	18,678	,379	,801
item5	48,38	18,159	,512	,793
item6	48,70	19,765	,099	,824
item7	48,52	18,500	,350	,804
item8	48,48	19,275	,301	,806
item9	48,32	18,426	,614	,790
item10	48,40	19,061	,465	,798
item11	48,66	18,188	,449	,797
item12	48,48	18,744	,429	,798
item13	48,12	18,638	,466	,796
item14	48,48	17,398	,771	,778
item15	48,22	18,869	,407	,800
item16	48,34	18,964	,338	,804
item17	48,56	17,843	,452	,797

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,824	15

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	42,90	16,378	,357	,819
item3	42,62	15,955	,422	,815
item4	43,08	16,198	,341	,820
item5	42,80	15,469	,534	,807
item7	42,94	15,853	,353	,821
item8	42,90	16,337	,367	,818

item9	42,74	15,584	,687	,801
item10	42,82	16,396	,467	,813
item11	43,08	15,830	,394	,817
item12	42,90	16,173	,410	,815
item13	42,54	15,804	,522	,809
item14	42,90	14,990	,735	,795
item15	42,64	16,153	,424	,814
item16	42,76	16,268	,347	,820
item17	42,98	15,449	,413	,817

Output Skala *Subjective Well-Being*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	50	100,0
	Excluded ^a	0	,0
	Total	50	100,0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,828	30

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	90,28	59,349	,448	,820
item2	90,26	58,360	,565	,816
item3	90,88	58,067	,472	,818
item4	90,92	55,340	,571	,813
item5	91,36	58,276	,495	,818
item6	90,84	58,300	,398	,821
item7	90,20	58,327	,591	,816
item8	90,56	65,027	-,174	,838
item9	90,96	54,202	,579	,812
item10	91,20	59,551	,482	,820
item11	90,72	56,736	,598	,813
item12	90,14	61,266	,323	,824
item13	91,08	59,381	,380	,822
item14	90,38	60,404	,320	,824
item15	91,16	59,933	,363	,823
item16	90,14	61,511	,327	,825
item17	90,92	59,789	,347	,823
item18	90,78	53,440	,704	,806
item19	90,18	61,824	,231	,827
item20	90,40	60,776	,356	,823
item21	92,06	62,180	,114	,831
item22	90,60	60,490	,328	,824
item23	90,44	62,251	,166	,828
item24	91,96	64,815	-,135	,839
item25	90,26	60,645	,397	,822
item26	90,86	65,143	-,191	,838
item27	91,44	57,476	,346	,825
item28	90,34	62,311	,161	,828
item29	92,18	63,783	-,027	,834
item30	90,18	61,008	,379	,823

Item gugur no 8,19,21,23,24,26,28,29. Sehingga harus dihapus dan diuji Validitas dan Reliabilitas lagi

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
,870	22

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
item1	67,50	56,051	,483	,864
item2	67,48	54,908	,623	,860
item3	68,10	54,827	,499	,863
item4	68,14	52,572	,561	,861
item5	68,58	55,024	,525	,862
item6	68,06	55,976	,342	,869
item7	67,42	54,983	,638	,860
item9	68,18	51,824	,543	,862
item10	68,42	56,412	,501	,864
item11	67,94	53,690	,610	,859
item12	67,36	58,194	,328	,868
item13	68,30	56,092	,410	,866
item14	67,60	56,857	,379	,867
item15	68,38	56,649	,393	,866
item16	67,36	58,521	,319	,868
item17	68,14	56,449	,381	,867
item18	68,00	50,408	,720	,853
item20	67,62	58,077	,312	,868
item22	67,82	57,293	,349	,867
item25	67,48	57,724	,383	,867
item27	68,66	54,637	,338	,872
item30	67,40	57,837	,401	,867

LAMPIRAN III

Skala Penelitian



FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
Jl. Raya Tlogomas GKB 1 Lt. 5 Kampus III UMM



Assalamu'alaikum wr.wb

Dengan hormat,

Perkenalkan saya Nurhafni Viyata R. mahasiswa psikologi Universitas Muhammadiyah Malang, pada saat ini kami sedang melakukan penelitian skripsi guna untuk memenuhi syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S-1). Dalam angket yang saya berikan kepada anda dengan maksud untuk mendapatkan informasi, karena itu saya memohon kesediaan anda untuk mengisi angket ini secara jujur dengan kondisi yang anda rasakan.

Dalam pengisian jawaban atas pernyataan di bawah ini tidak ada jawaban yang benar atau salah, sehingga anda menjawab semua pernyataan yang ada tanpa terlewat. Jawaban yang anda berikan semata-mata hanya untuk kepentingan akademis. Anda tidak perlu ragu dalam menjawab setiap pertanyaan dengan jujur. Saya menjamin kerahasiaan dari jawaban anda.

Saya berharap anda dapat membantu menyelesaikan penelitian skripsi saya dengan mengisi angket ini. Sebelumnya kami ucapkan terima kasih atas bantuan dan kerjasama anda kami ucapkan terima kasih. Wassalamu'alaikum wr.wb

IDENTITAS RESPONDEN

Inisial Nama	:	_____
Usia	:	_____ tahun
Pendidikan Terakhir	:	_____
Usia Pernikahan	:	_____ tahun
Jumlah Anak	:	_____
AlamatTempatTinggal: JL. _____ Kelurahan _____ Kecamatan Sananwetan, Kota Blitar		
Inisial Nama Suami	:	_____
Berapa Lama menjalani pernikahan jarak jauh:	:	_____
Tempat Suami Bekerja	:	_____

Instruksi

Skala yang digunakan pada penelitian ini adalah skala *Likert*, dengan menggunakan kategori respon sebagai berikut :

- STS : Sangat Tidak setuju
- TS : Tidak Setuju
- S : Setuju
- SS : Sangat Setuju

Berikan tanda (√) pada pernyataan yang sesuai dengan diri anda, sesuai pada kolom pada kategori di atas.

Skala I *Self-efficacy*

No.	ITEM	STS	TS	S	SS
1.	Ketika saya membuat rencana, saya sangatlah yakin rencana itu akan sukses				
2.	Permasalahan yang saya miliki adalah saya tidak bisa mulai bekerja disaat yang seharusnya				
3.	Saya tidak bisa melakukan pekerjaan untuk pertama kalinya, saya terus mencoba sampai bisa				
4.	Ketika saya menetapkan tujuan yang penting untuk diri saya sendiri, tujuan saya tersebut jarang mencapainya.				
5.	Saya menyerah sebelum menyelesaikan beberapa hal.				
6.	Saya menghindari hal-hal yang sulit.				
7.	Jika sesuatu terlihat rumit, saya tidak akan berniat melakukan atau sekedar mencobanya.				
8.	Ketika saya memiliki sesuatu yang tidak menyenangkan untuk dilakukan, saya tetap melakukannya hingga selesai.				
9.	Ketika saya memutuskan untuk melakukan sesuatu yang baru, saya akan langsung mengerjakannya.				
10.	Ketika mencoba sesuatu yang baru, saya akan menyerah secepatnya jika saya tidak mendapatkan kesuksesan.				
11.	Ketika masalah tak terduga muncul, saya tidak bisa menyelesaikannya dengan baik.				
12.	Saya tidak akan melakukan sesuatu hal baru yang terlihat rumit				
13.	Kegagalan membuat saya bekerja lebih keras.				
14.	Saya merasa tidak yakin terhadap kemampuan saya dalam melakukan sesuatu.				
15.	Saya orang yang mandiri.				
16.	Saya mudah menyerah.				
17.	Saya merasa tidak mampu menangani seluruh masalah dihidup ini				

Skala II *Subjective Well-being*

No.	ITEM	STS	TS	S	SS
1.	Saya merasa gembira melihat anak dan suami berkumpul dirumah				
2.	Saya merasakan kasih sayang ketika bersama suami dan anak-anak				
3.	Saya bersemangat setiap hari meskipun jauh dari suami				
4.	Saya merasa gelisah ketika berjauhan dengan suami				
5.	Saya sedih jika ditinggal suami bekerja diluar kota				
6.	Saya merasa puas dengan kehidupan pernikahan saya sekarang				
7.	Saya gembira mendengar kabar baik dari suami				
8.	Saya merasa bahwa pernikahan jarak jauh ini menyiksa hidup saya				
9.	Saya marah ketika suami mengingkari janji				
10.	Saya mengeluh ketika sedang sakit				
11.	Saya merasa takut jika bepergian tanpa suami				
12.	Saya merasa tenang ketika suami pulang kerumah				
13.	Ketika suami tidak pulang sesuai jadwalnya saya merasa jengkel				
14.	Saya hanya terdiam ketika suami menggoda saya				
15.	Saya merasa puas dengan kondisi kesehatan yang saya rasakan selama ini				
16.	Ketika mengetahui suami baik-baik saja, hati saya merasa tenang				
17.	Saya adalah orang yang cepat stress ketika mengetahui anak sedang sakit				
18.	Ketika berjauhan dengan suami saya takut berada dirumah sendirian				
19.	Saya tertawa ketika suami bertingkah lucu				
20.	Saya merasa bersyukur menjalani pernikahan ini, meskipun sedang berjauhan dengan suami				
21.	Saya takut melakukan kesalahan atas tindakan yang saya lakukan kepada suami				
22.	Saya merasa pernikahan yang saya jalani ini indah dengan cerita suka duka didalamnya				

23.	Saya aktif dan semangat melakukan kegiatan bersama keluarga				
24.	Saya merasa ada kekurangan dalam pernikahan ini ketika berjauhan dengan suami				
25.	Saya merasa senang, melihat anak-anak tumbuh semakin besar				
26.	Saya merasa bahwa diri saya adalah orang yang menyenangkan				
27.	Ketika suami sehari-hari belum memberikan kabar saya merasa jengkel				
28.	Saya mudah tertawa ketika bercanda dengan suami				
29.	Saya merasa sedih jika melihat suami akan berangkat ke luar kota				
30.	Saya merasakan ketenangan diri saat bersama suami				

TERIMAKASIH😊😊

LAMPIRAN IV

Hasil Analisa Data

A. Analisis Deskriptif Data *Self-efficacy* dan *Subjective Well-being*

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Self_efficacy	100	44	59	49,74	2,758
Subjective_wellbeing	100	60	84	72,32	5,017
Valid N (listwise)	100				

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Sum	Mean		Std. Deviation	Variance
	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Statistic	Std. Error	Statistic	Statistic
Self_efficacy	100	15	44	59	4974	49,74	,276	2,758	7,608
Subjective_wellbeing	100	24	60	84	7232	72,32	,502	5,017	25,169
Valid N (listwise)	100								

Deskripsi Subjek

Usia Pernikahan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1-2 Tahun	26	26,0	26,0	26,0
3-4 Tahun	54	54,0	54,0	80,0
5 Tahun	20	20,0	20,0	100,0
Total	100	100,0	100,0	

Rentang waktu LDR

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1-2 Tahun	88	88,0	88,0	88,0
3-4 Tahun	12	12,0	12,0	100,0
Total	100	100,0	100,0	

Pendidikan Terakhir

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid SMA	31	31,0	31,0	31,0
Diploma	26	26,0	26,0	57,0
Sarjana	43	43,0	43,0	100,0
Total	100	100,0	100,0	

Jumlah Anak

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 1 Anak	61	61,0	61,0	61,0
2 Anak	27	27,0	27,0	88,0
Belum ada	12	12,0	12,0	100,0
Total	100	100,0	100,0	

Kategorisasi *Self-efficacy* dan *Subjective well-being*

No	Skor SE	Z SE	T SE	Kategori SE	Skor SWB	Z SWB	T SWB	Kategori SWB
1	45	-1,71842	32,82	Rendah	62	-2,05091	29,49	Rendah
2	45	-1,71842	32,82	Rendah	72	-0,05974	49,4	Rendah
3	51	0,4568	54,57	Tinggi	69	-0,65709	43,43	Rendah
4	47	-0,99335	40,07	Rendah	68	-0,8562	41,44	Rendah
5	50	0,09426	50,94	Tinggi	75	0,53762	55,38	Tinggi
6	48	-0,63081	43,69	Rendah	69	-0,65709	43,43	Rendah
7	49	-0,26828	47,32	Rendah	70	-0,45797	45,42	Rendah
8	49	-0,26828	47,32	Rendah	70	-0,45797	45,42	Rendah
9	46	-1,35588	36,44	Rendah	69	-0,65709	43,43	Rendah
10	47	-0,99335	40,07	Rendah	70	-0,45797	45,42	Rendah
11	50	0,09426	50,94	Tinggi	75	0,53762	55,38	Tinggi
12	44	-2,08096	29,19	Rendah	68	-0,8562	41,44	Rendah
13	51	0,4568	54,57	Tinggi	69	-0,65709	43,43	Rendah
14	46	-1,35588	36,44	Rendah	66	-1,25444	37,46	Rendah
15	47	-0,99335	40,07	Rendah	68	-0,8562	41,44	Rendah
16	46	-1,35588	36,44	Rendah	69	-0,65709	43,43	Rendah
17	48	-0,63081	43,69	Rendah	65	-1,45355	35,46	Rendah
18	44	-2,08096	29,19	Rendah	61	-2,25002	27,5	Rendah
19	47	-0,99335	40,07	Rendah	68	-0,8562	41,44	Rendah
20	48	-0,63081	43,69	Rendah	72	-0,05974	49,4	Rendah
21	50	0,09426	50,94	Tinggi	69	-0,65709	43,43	Rendah
22	51	0,4568	54,57	Tinggi	71	-0,25885	47,41	Rendah
23	46	-1,35588	36,44	Rendah	70	-0,45797	45,42	Rendah
24	52	0,81933	58,19	Tinggi	73	0,13938	51,39	Tinggi
25	48	-0,63081	43,69	Rendah	67	-1,05532	39,45	Rendah
26	49	-0,26828	47,32	Rendah	72	-0,05974	49,4	Rendah
27	50	0,09426	50,94	Tinggi	69	-0,65709	43,43	Rendah
28	50	0,09426	50,94	Tinggi	67	-1,05532	39,45	Rendah
29	49	-0,26828	47,32	Rendah	77	0,93585	59,36	Tinggi
30	51	0,4568	54,57	Tinggi	73	0,13938	51,39	Tinggi
31	53	1,18187	61,82	Tinggi	70	-0,45797	45,42	Rendah
32	52	0,81933	58,19	Tinggi	70	-0,45797	45,42	Rendah
33	51	0,4568	54,57	Tinggi	71	-0,25885	47,41	Rendah
34	52	0,81933	58,19	Tinggi	76	0,73673	57,37	Tinggi
35	48	-0,63081	43,69	Rendah	68	-0,8562	41,44	Rendah
36	53	1,18187	61,82	Tinggi	65	-1,45355	35,46	Rendah
37	48	-0,63081	43,69	Rendah	72	-0,05974	49,4	Rendah
38	53	1,18187	61,82	Tinggi	71	-0,25885	47,41	Rendah
39	50	0,09426	50,94	Tinggi	69	-0,65709	43,43	Rendah

No	Skor SE	Z SE	T SE	Kategori SE	Skor SWB	Z SWB	T SWB	Kategori SWB
40	53	1,18187	61,82	Tinggi	73	0,13938	51,39	Tinggi
41	50	0,09426	50,94	Tinggi	75	0,53762	55,38	Tinggi
42	50	0,09426	50,94	Tinggi	74	0,3385	53,38	Tinggi
43	51	0,4568	54,57	Tinggi	69	-0,65709	43,43	Rendah
44	49	-0,26828	47,32	Rendah	74	0,3385	53,38	Tinggi
45	47	-0,99335	40,07	Rendah	74	0,3385	53,38	Tinggi
46	45	-1,71842	32,82	Rendah	66	-1,25444	37,46	Rendah
47	54	1,5444	65,44	Tinggi	73	0,13938	51,39	Tinggi
48	50	0,09426	50,94	Tinggi	75	0,53762	55,38	Tinggi
49	50	0,09426	50,94	Tinggi	78	1,13497	61,35	Tinggi
50	49	-0,26828	47,32	Rendah	76	0,73673	57,37	Tinggi
51	59	3,35708	83,57	Tinggi	84	2,32967	73,3	Tinggi
52	48	-0,63081	43,69	Rendah	73	0,13938	51,39	Tinggi
53	49	-0,26828	47,32	Rendah	73	0,13938	51,39	Tinggi
54	56	2,26947	72,69	Tinggi	74	0,3385	53,38	Tinggi
55	48	-0,63081	43,69	Rendah	79	1,33408	63,34	Tinggi
56	48	-0,63081	43,69	Rendah	76	0,73673	57,37	Tinggi
57	53	1,18187	61,82	Tinggi	76	0,73673	57,37	Tinggi
58	50	0,09426	50,94	Tinggi	72	-0,05974	49,4	Rendah
59	48	-0,63081	43,69	Rendah	72	-0,05974	49,4	Rendah
60	46	-1,35588	36,44	Rendah	78	1,13497	61,35	Tinggi
61	53	1,18187	61,82	Tinggi	75	0,53762	55,38	Tinggi
62	53	1,18187	61,82	Tinggi	74	0,3385	53,38	Tinggi
63	49	-0,26828	47,32	Rendah	77	0,93585	59,36	Tinggi
64	51	0,4568	54,57	Tinggi	74	0,3385	53,38	Tinggi
65	49	-0,26828	47,32	Rendah	76	0,73673	57,37	Tinggi
66	51	0,4568	54,57	Tinggi	78	1,13497	61,35	Tinggi
67	48	-0,63081	43,69	Rendah	76	0,73673	57,37	Tinggi
68	49	-0,26828	47,32	Rendah	76	0,73673	57,37	Tinggi
69	52	0,81933	58,19	Tinggi	82	1,93143	69,31	Tinggi
70	54	1,5444	65,44	Tinggi	72	-0,05974	49,4	Rendah
71	49	-0,26828	47,32	Rendah	67	-1,05532	39,45	Rendah
72	52	0,81933	58,19	Tinggi	78	1,13497	61,35	Tinggi
73	51	0,4568	54,57	Tinggi	68	-0,8562	41,44	Rendah
74	53	1,18187	61,82	Tinggi	77	0,93585	59,36	Tinggi
75	52	0,81933	58,19	Tinggi	79	1,33408	63,34	Tinggi
76	52	0,81933	58,19	Tinggi	82	1,93143	69,31	Tinggi
77	50	0,09426	50,94	Tinggi	75	0,53762	55,38	Tinggi
78	53	1,18187	61,82	Tinggi	66	-1,25444	37,46	Rendah
79	53	1,18187	61,82	Tinggi	78	1,13497	61,35	Tinggi
80	51	0,4568	54,57	Tinggi	79	1,33408	63,34	Tinggi

No	Skor SE	Z SE	T SE	Kategori SE	Skor SWB	Z SWB	T SWB	Kategori SWB
81	52	0,81933	58,19	Tinggi	70	-0,45797	45,42	Rendah
82	49	-0,26828	47,32	Rendah	65	-1,45355	35,46	Rendah
83	52	0,81933	58,19	Tinggi	72	-0,05974	49,4	Rendah
84	51	0,4568	54,57	Tinggi	79	1,33408	63,34	Tinggi
85	49	-0,26828	47,32	Rendah	78	1,13497	61,35	Tinggi
86	54	1,5444	65,44	Tinggi	76	0,73673	57,37	Tinggi
87	50	0,09426	50,94	Tinggi	82	1,93143	69,31	Tinggi
88	51	0,4568	54,57	Tinggi	66	-1,25444	37,46	Rendah
89	54	1,5444	65,44	Tinggi	73	0,13938	51,39	Tinggi
90	50	0,09426	50,94	Tinggi	71	-0,25885	47,41	Rendah
91	47	-0,99335	40,07	Rendah	69	-0,65709	43,43	Rendah
92	45	-1,71842	32,82	Rendah	78	1,13497	61,35	Tinggi
93	47	-0,99335	40,07	Rendah	76	0,73673	57,37	Tinggi
94	52	0,81933	58,19	Tinggi	60	-2,44914	25,51	Rendah
95	48	-0,63081	43,69	Rendah	66	-1,25444	37,46	Rendah
96	49	-0,26828	47,32	Rendah	84	2,32967	73,3	Tinggi
97	45	-1,71842	32,82	Rendah	70	-0,45797	45,42	Rendah
98	49	-0,26828	47,32	Rendah	79	1,33408	63,34	Tinggi
99	53	1,18187	61,82	Tinggi	64	-1,65267	33,47	Rendah
100	45	-1,71842	32,82	Rendah	64	-1,65267	33,47	Rendah

Kategorisasi frekuensi *self-efficacy* dan *subjective well-being*

Statistics

kategorisasi

N	Valid	100
	Missing	0

SE

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tinggi	53	53,0	53,0	53,0
Valid Rendah	47	47,0	47,0	100,0
Total	100	100,0	100,0	

SWB

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tinggi	48	48,0	48,0	48,0
Valid Rendah	52	52,0	52,0	100,0
Total	100	100,0	100,0	

kategorisasi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
SE Tinggi - SWB Tinggi	30	30,0	30,0	30,0
SE Tinggi - SWB Rendah	23	23,0	23,0	53,0
Valid SE Rendah - SWB Tinggi	18	18,0	18,0	71,0
SE Rendah - SWB Rendah	29	29,0	29,0	100,0
Total	100	100,0	100,0	

LAMPIRAN V

Uji Asumsi dan

Uji Korelasi

C. Analisis Data

Hasil Uji Normalitas

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Self_efficacy	,076	100	,171	,976	100	,061
Subjective_wellbeing	,068	100	,200	,990	100	,656

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Pada tabel diatas dapat dilihat bahwa nilai pada tabel kolmogorov smirnov dan asymp sig pada semua variabel penelitian mempunyai nilai signifikansi lebih dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa data pada kedua variabel berdistribusi normal.

Hasil Uji Linieritas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Subjective_wellbeing * Self_efficacy	(Combined)		521,857	12	43,488	1,921	,042
	Between Groups	Linearity	241,289	1	241,289	10,656	,002
		Deviation from Linearity	280,567	11	25,506	1,126	,351
	Within Groups		1969,903	87	22,643		
	Total		2491,760	99			

Measures of Association

	R	R Squared	Eta	Eta Squared
Subjective_wellbeing * Self_efficacy	,311	,097	,458	,209

Berdasarkan tabel diatas, dapat disimpulkan bahwa hubungan variabel *self-efficacy* dan *subjective well-being* pada istri yang menjalani pernikahan jarak jauh adalah linier, karena dapat diketahui bahwa setelah dilakukan perhitungan dengan bantuan SPSS 21 diperoleh hasil pada deviation from linierity Sig > .0,05.

Hasil Uji Hipotesis Korelasi

Correlations		Self_efficacy	Subjective_well being
Self_efficacy	Pearson Correlation	1	,311 ^{**}
	Sig. (2-tailed)		,002
	N	100	100
Subjective_wellbeing	Pearson Correlation	,311 ^{**}	1
	Sig. (2-tailed)	,002	
	N	100	100

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan perhitungan korelasi *product moment* dengan menggunakan bantuan program SPSS tersebut dapat kita lihat bahwa *Pearson Correlation* menunjukkan angka sebesar 0,311 dan nilai $P = 0,002 < 0,05$ sehingga, hipotesis diterima.

Hasil Uji Regresi Linier

Variables Entered/Removed ^a			
Model	Variables Entered	Variables Removed	Method
1	Self_efficacy ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: Subjective_wellbeing

b. All requested variables entered.

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,311 ^a	,097	,088	4,792

a. Predictors: (Constant), Self_efficacy

ANOVA ^a						
Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	241,289	1	241,289	10,507	,002 ^b
	Residual	2250,471	98	22,964		
	Total	2491,760	99			

a. Dependent Variable: Subjective_wellbeing

b. Predictors: (Constant), Self_efficacy

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	44,168	8,698		5,078	,000
Self_efficacy	,566	,175	,311	3,241	,002

a. Dependent Variable: Subjective_wellbeing

Dari hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa koefisien determinasi sebesar 0,97. Hal ini dapat diartikan bahwa variabel *self-efficacy* memiliki pengaruh kontribusi sebesar 9,7% terhadap variabel *subjective well-being* dan 90,3% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain diluar variabel *self-efficacy*.

LAMPIRAN VI

Tabulasi Data

Skor Skala Penelitian *Self-efficacy*

No.	Nama	Usia	Pendidikan Terakhir	Usia Pernikahan	Jumlah Anak	Nama Suami	Lama LDR	Tempat Suami Bekerja	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Σ
1	L	27	S-1	3Th	1	P	2Th	Solo	3	4	3	3	2	3	4	3	3	2	4	2	3	3	3	45
2	NN	30	SMA	5Th	2	SM	3Th	Kalimantan	3	3	3	2	3	3	3	3	4	3	4	3	2	3	3	45
3	M	29	SMA	4Th	1	A	1Th	Surabaya	4	3	4	4	3	4	2	4	4	3	3	3	3	3	4	51
4	S	32	S1	5Th	2	L	4Th	Surabaya	3	3	3	4	3	3	2	4	3	2	4	4	3	3	3	47
5	TA	22	SMA	2Th	1	KD	1Th	Bangkalan	3	4	4	4	4	3	4	2	3	4	3	2	3	3	4	50
6	UD	28	SMA	3Th	2	NI	2Th	Banten	4	4	3	4	4	3	2	4	2	4	3	2	3	3	3	48
7	DPS	25	S1	1Th	1	NC	1Th	Jember	4	3	3	3	3	3	4	2	4	4	3	3	4	3	3	49
8	EP	26	S1	2Th	1	LR	1Th	Pasuruan	3	4	3	4	3	3	4	3	2	3	4	3	4	3	3	49
9	CN	24	S1	1Th	1	SP	1Th	Pasuruan	3	3	3	4	4	3	2	4	3	2	3	3	3	3	3	46
10	SI	27	SMA	3Th	belum ada	AL	1Th	Gresik	3	4	3	3	4	2	3	4	3	2	3	3	4	3	3	47
11	AH	27	S1	2Th	1	DL	1Th	Gresik	3	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	50
12	N	25	SMA	3Th	1	A	1Th	Banyuwangi	4	3	2	3	4	2	3	3	2	3	3	3	4	3	2	44
13	DP	29	SMA	4Th	2	RS	2Th	Kendal	4	4	2	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	51
14	SE	26	SMA	2Th	1	PP	1Th	Tuban	4	3	2	3	4	3	3	3	4	3	3	2	4	3	2	46
15	CK	28	S1	4Th	2	RT	2Th	Pasuruan	4	3	3	3	4	2	2	3	4	4	3	3	3	3	3	47
16	CW	26	SMA	3Th	1	AW	2Th	Jombang	3	4	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	4	4	2	46
17	RA	30	SMA	5Th	2	P	2Th	Surabaya	3	4	4	4	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	4	48
18	G	24	SMA	2Th	1	NP	1Th	Selangor	3	3	2	2	3	4	3	3	4	3	4	2	2	4	2	44
19	DY	24	SMA	1Th	belum ada	T	1Th	Surabaya	4	3	3	4	3	3	4	2	3	4	3	3	1	4	3	47
20	W	28	S1	3Th	1	RD	1Th	Kalimantan	3	2	4	4	2	4	3	2	3	4	4	3	3	3	4	48
21	CL	25	S1	2Th	1	MK	1Th	Banyuwangi	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	50

No.	Nama	Usia	Pendidikan Terakhir	Usia Pernikahan	Jumlah Anak	Nama Suami	Lama LDR	Tempat Suami Bekerja	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Σ
22	TS	30	SMA	5Th	2	LB	2Th	Tangerang	4	3	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	3	51
23	N	26	S1	2Th	belum ada	AN	1Th	Pasuruan	3	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	3	3	47
24	KA	28	S1	4Th	2	IGP	2Th	Bali	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	52
25	NT	25	SMA	3Th	1	M	2Th	Kendal	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	2	3	3	3	48
26	NS	24	S1	1Th	belum ada	Y	1Th	Jember	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	4	3	49
27	R	26	S1	2Th	1	A	1Th	Lampung	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	50
28	N	24	SMA	3Th	1	R	1Th	Kendal	4	4	4	3	4	2	3	3	3	4	3	3	3	3	4	50
29	ANP	25	S1	3Th	1	AF	1Th	Surabaya	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	2	4	3	3	49
30	DS	23	SMA	2Th	1	FA	1Th	Kulonprogo	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	2	4	3	3	51
31	RW	26	SMA	4Th	1	SDA	2Th	Banyuwangi	4	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	53
32	HS	25	S1	2Th	1	MAS	1Th	Cirebon	4	3	4	4	3	3	4	3	2	4	4	3	4	3	4	52
33	S	28	D3	4Th	2	DA	2Th	Bengkulu	3	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	3	3	51
34	MP	24	S1	2Th	belum ada	IW	1Th	Surabaya	4	3	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	52
35	P	25	SMA	3Th	1	CA	1Th	Pasuruan	4	3	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	4	3	3	48
36	OA	29	SMA	5Th	2	PD	4Th	Jombang	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	4	53
37	LS	23	SMA	4Th	1	IH	2Th	Surabaya	3	3	3	3	4	3	4	3	2	4	4	2	4	3	3	48
38	RA	24	S1	2Th	belum ada	EG	1Th	Trenggalek	4	3	4	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	4	53
39	VN	26	S1	3Th	1	ES	2Th	Cilacap	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	3	3	3	50
40	T	27	S1	2Th	belum ada	E	1Th	Probolinggo	3	4	4	4	3	3	3	3	4	4	4	3	4	3	4	53
41	DN	30	D3	5Th	2	YC	3Th	Surabaya	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	3	3	50
42	MK	28	S1	3Th	1	AR	2Th	Kalimantan	4	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	3	3	50
43	D	24	D2	2Th	belum ada	MI	1Th	Bojonegoro	3	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	3	51

No.	Nama	Usia	Pendidikan Terakhir	Usia Pernikahan	Jumlah Anak	Nama Suami	Lama LDR	Tempat Suami Bekerja	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Σ
44	ZS	28	SMA	4Th	1	FN	2Th	Sulawesi	4	3	3	3	3	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	49
45	KM	24	S1	2Th	1	BCC	1Th	Ngawi	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	47
46	YL	27	D3	4Th	1	RW	2Th	Sidoarjo	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	45
47	AA	24	SMA	3Th	1	NH	2Th	Banten	4	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	4	4	54
48	P	29	D3	4Th	2	MR	2Th	Mataram	4	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	50
49	PS	30	S1	5Th	2	BW	3Th	Gresik	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	50
50	R	26	D3	2Th	1	SD	1Th	Bali	4	3	4	3	3	2	3	1	4	3	4	3	4	4	4	49
51	M	29	S1	4Th	2	S	1Th	Tegal	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	4	4	59
52	NJ	30	S1	5Th	2	DN	2Th	Jogjakarta	3	3	3	3	2	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	48
53	KS	29	S1	5Th	2	DN	1Th	Tangerang	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	4	3	4	4	3	49
54	S	32	S1	5Th	2	HB	3Th	Sidoarjo	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	56
55	NS	27	SMA	5Th	1	MA	2Th	Indramayu	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	48
56	CJ	29	S1	5Th	2	M	3Th	Madiun	4	3	4	3	3	3	4	1	2	3	4	3	3	4	4	48
57	R	28	S1	4Th	1	RA	2Th	Sleman	3	4	4	4	4	2	3	2	4	4	3	4	4	4	4	53
58	SE	27	D3	3Th	1	IM	1Th	Lumajang	4	3	4	3	4	3	3	2	3	3	4	4	3	3	4	50
59	I	25	SMA	2Th	1	P	1Th	Jember	3	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	4	48
60	EN	25	D3	3Th	1	TN	1Th	Lampung	3	4	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	46
61	LN	26	D3	3Th	1	AK	1Th	Sudan	3	4	4	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	3	4	53
62	MZ	29	D3	4Th	1	AR	3Th	Papua	4	3	4	4	3	3	3	3	3	3	4	4	4	4	4	53
63	LS	28	S1	4Th	1	EP	3Th	Papua	3	3	3	3	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	49
64	NA	29	D3	5Th	1	RH	3Th	Papua	3	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	51
65	RA	27	S1	4Th	1	GP	3Th	Papua	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	49

No.	Nama	Usia	Pendidikan Terakhir	Usia Pernikahan	Jumlah Anak	Nama Suami	Lama LDR	Tempat Suami Bekerja	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Σ
66	ENT	30	D3	5Th	2	TP	1Th	Papua	3	3	4	3	3	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	51
67	LP	24	SMA	5Th	1	RM	1Th	Papua	3	4	2	4	3	3	4	3	4	4	3	2	3	4	2	48
68	AAL	27	D3	4Th	1	SANT	3Th	Papua	3	3	4	4	3	3	4	3	2	3	4	3	3	3	4	49
69	MS	28	S1	3Th	1	L	1Th	Papua	4	4	3	3	4	4	4	3	4	2	4	3	4	3	3	52
70	GM	24	D3	3Th	1	D	1Th	Papua	4	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	54
71	MW	25	D3	3Th	1	F	1Th	Papua	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	49
72	LNR	27	D3	3Th	1	MF	1Th	Sulawesi	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	52
73	ES	27	D2	4Th	1	DB	1Th	Tomohon	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	51
74	IC	29	S1	4Th	2	PN	1Th	Tomohon	4	4	4	4	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	53
75	GP	30	S1	5Th	2	RF	1Th	Sulawesi	4	3	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	52
76	RR	29	D3	4Th	1	AI	1Th	Sulawesi	3	4	4	4	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	52
77	AY	26	S1	2Th	belum ada	EL	1Th	Sulawesi	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	50
78	VA	27	S1	3Th	1	YP	1Th	Sulawesi	3	3	4	4	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	53
79	MN	29	S1	4Th	1	NY	1Th	Tomohon	4	3	4	4	4	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	53
80	VT	26	D3	3Th	1	JA	1Th	Tomohon	4	3	3	3	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	51
81	DEP	28	D3	4Th	1	RE	1Th	Tomohon	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	52
82	AP	26	D3	2Th	belum ada	S	1Th	Surabaya	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	3	49
83	CM	27	S1	3Th	1	GH	1Th	Surabaya	4	4	3	4	4	3	4	3	2	4	4	3	3	4	3	52
84	E	27	SMA	5Th	2	AST	1Th	Bandung	3	4	4	3	3	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	51
85	BS	30	S1	5Th	2	DEP	1Th	Bandung	4	3	4	4	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	4	49
86	NS	24	SMA	2Th	belum ada	SS	1Th	Surabaya	3	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	54

No.	Nama	Usia	Pendidikan Terakhir	Usia Pernikahan	Jumlah Anak	Nama Suami	Lama LDR	Tempat Suami Bekerja	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Σ
87	NE	28	S1	3Th	1	ZI	1Th	Bandung	3	3	4	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	4	50
88	VW	27	D3	4Th	1	LW	1Th	Jakarta	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	3	3	4	51
89	TS	29	S1	4Th	1	NM	1Th	Jakarta	4	3	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	4	54
90	A	31	D3	5Th	2	F	1Th	Papua	4	3	2	3	4	3	4	4	3	4	3	3	4	4	2	50
91	R	26	S1	2Th	1	OP	2Th	Makassar	3	3	3	4	3	2	3	3	4	2	4	4	3	3	3	47
92	RW	27	D3	4Th	2	RS	2Th	Bojonegoro	3	4	2	3	3	3	4	3	2	3	3	3	4	3	2	45
93	DK	28	D3	4Th	1	LA	1Th	Sleman	3	2	3	3	4	2	4	4	3	2	3	4	4	3	3	47
94	SAR	30	SMA	5Th	2	GD	2Th	Pasuruan	3	4	4	4	3	4	3	2	4	4	3	4	3	3	4	52
95	IMS	27	D3	3Th	1	IJ	2Th	Ngawi	4	3	3	3	4	3	3	3	2	4	4	3	3	3	3	48
96	EN	27	SMA	4Th	1	L	2Th	Thailand	3	2	2	4	3	4	4	3	3	3	3	4	4	3	4	49
97	M	28	SMA	4th	belum ada	E	2Th	Klaten	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	45
98	a	22	S1	2Th	1	G	1Th	Pacitan	2	4	4	4	4	2	3	4	3	2	4	3	3	3	4	49
99	i	25	S1	3Th	1	i	1Th	Kalimantan	3	3	4	4	2	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	53
100	ST	29	SMA	4Th	2	CQ	2Th	Tegal	3	3	3	3	3	2	3	2	4	2	4	3	3	4	3	45

Skor Skala Penelitian *Subjective Well-being*

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	Σ
1	4	3	3	2	3	3	3	2	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	4	3	2	3	62
2	4	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	2	3	72
3	3	3	4	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	69
4	4	3	3	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	2	3	68
5	4	4	3	3	2	4	3	2	2	4	3	3	4	3	4	4	4	4	4	4	3	4	75
6	4	3	3	3	1	4	4	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	3	3	69
7	4	4	3	3	3	4	3	2	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	4	3	3	3	70
8	3	4	3	3	2	4	3	2	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	70
9	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	2	4	3	4	3	3	3	69
10	3	4	3	3	2	4	4	2	3	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	1	2	3	70
11	3	4	4	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	2	3	4	3	3	3	4	75
12	3	3	4	2	3	3	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	4	68
13	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	4	4	3	2	3	3	4	3	4	69
14	3	3	4	2	2	4	4	2	2	3	4	2	3	4	3	3	2	4	3	3	3	3	66
15	4	3	4	3	2	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	2	4	4	3	3	2	4	68
16	3	3	4	2	3	4	4	3	2	2	4	2	4	4	3	2	2	3	4	4	3	4	69
17	3	4	3	3	4	3	2	2	2	2	4	2	3	3	4	2	2	4	4	3	2	4	65
18	4	3	2	3	3	3	2	3	2	2	4	2	3	3	3	2	2	2	3	4	2	4	61
19	3	2	3	3	3	3	2	3	3	4	3	3	4	3	4	3	2	3	4	4	2	4	68
20	3	4	2	3	4	3	3	2	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	72
21	3	4	3	3	3	3	3	2	3	2	4	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	3	69

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	Σ
22	4	4	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	2	3	4	2	3	71
23	3	4	3	2	3	4	4	3	2	3	4	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	3	70
24	4	4	3	2	3	4	3	2	3	4	4	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	73
25	3	3	3	2	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	2	3	67
26	3	3	3	3	3	4	4	3	2	3	3	3	3	4	4	3	4	3	4	4	4	2	72
27	3	4	3	2	3	3	3	3	2	3	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	69
28	3	4	3	4	2	3	3	4	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	3	4	2	3	67
29	4	3	4	4	3	3	3	4	3	2	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	77
30	4	4	3	4	3	3	3	3	3	2	4	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	3	73
31	3	4	3	2	3	4	4	3	2	2	4	3	3	4	3	4	2	4	3	4	3	3	70
32	4	3	4	3	4	4	3	2	3	2	4	3	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	70
33	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	4	2	4	4	3	3	2	4	3	4	3	3	71
34	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	3	76
35	3	4	3	3	3	4	3	2	3	2	4	3	2	4	4	2	2	4	3	3	3	4	68
36	3	4	3	3	4	2	3	2	2	3	3	2	3	3	4	3	2	4	3	3	3	3	65
37	3	4	3	4	3	4	4	2	3	4	3	2	4	4	3	2	2	4	3	4	3	4	72
38	4	3	4	3	3	3	3	3	4	3	4	2	3	4	3	3	2	4	3	4	3	3	71
39	3	4	3	3	4	3	2	3	4	4	3	2	3	4	3	2	3	3	4	3	3	3	69
40	4	4	3	3	4	3	3	3	3	2	4	3	4	4	3	4	2	4	3	4	3	3	73
41	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	2	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	3	75
42	4	4	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	4	4	3	3	3	4	3	3	74
43	4	3	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	69
44	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	74

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	Σ
45	3	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	4	4	4	3	4	3	3	3	74
46	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	66
47	3	4	4	3	4	3	4	3	2	3	3	3	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	73
48	3	4	4	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	3	3	4	3	3	3	4	75
49	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	78
50	4	3	3	4	3	4	3	3	4	4	3	3	3	3	4	3	3	4	3	4	4	4	76
51	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	84
52	3	3	3	3	4	4	3	3	2	3	4	2	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	73
53	3	4	3	3	3	3	4	2	3	4	3	3	4	4	4	3	3	4	4	3	2	4	73
54	3	3	4	3	3	4	3	2	3	2	4	2	3	4	4	4	4	4	3	4	4	4	74
55	4	3	4	2	3	4	4	4	3	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	4	3	4	79
56	3	4	4	2	3	4	4	4	4	3	3	3	4	4	4	2	4	3	4	3	4	3	76
57	4	3	3	3	3	4	3	3	4	4	4	4	4	4	3	3	4	3	3	3	3	4	76
58	4	3	4	2	1	4	3	2	3	3	4	3	4	4	3	4	4	3	4	4	3	3	72
59	3	4	3	3	4	3	3	1	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	4	4	3	4	72
60	3	3	4	4	4	4	3	3	4	3	4	4	4	3	4	3	4	4	4	3	3	3	78
61	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	4	3	3	75
62	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	3	3	4	3	3	4	3	74
63	3	4	4	4	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	3	4	3	4	77
64	3	3	4	3	4	4	4	4	4	3	3	3	2	4	3	3	3	4	4	3	3	3	74
65	4	4	3	3	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	2	4	4	3	4	3	4	3	76
66	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	3	4	3	78
67	3	3	4	4	4	3	4	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	3	4	3	4	76

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	Σ
68	4	3	3	3	3	3	4	3	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	4	4	76
69	4	4	4	3	3	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	82
70	3	3	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	2	3	4	3	4	4	3	72
71	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	67
72	4	4	3	4	3	2	4	4	3	4	4	3	3	3	4	3	4	4	3	4	4	4	78
73	4	3	4	4	3	2	3	4	2	4	2	3	3	2	3	4	3	3	3	3	3	3	68
74	4	4	3	4	2	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	3	4	3	3	4	3	4	77
75	4	4	4	3	3	3	4	4	3	3	4	3	3	3	4	4	4	4	3	4	4	4	79
76	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	82
77	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	3	3	4	2	3	3	4	3	4	4	3	3	75
78	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	66
79	3	4	4	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	3	4	4	4	4	3	4	4	4	78
80	4	4	3	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	2	4	3	4	4	4	4	2	4	79
81	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	2	4	3	4	3	3	3	3	3	3	4	70
82	3	3	3	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	65
83	3	4	3	3	3	3	4	3	2	3	4	3	4	2	4	3	4	4	3	4	2	4	72
84	4	4	3	4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	3	3	4	4	3	4	79
85	4	4	2	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	2	4	4	4	4	3	4	78
86	4	4	3	4	3	3	4	4	2	4	4	3	4	2	4	3	4	4	3	4	2	4	76
87	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	3	3	4	4	4	4	4	4	3	4	82
88	4	4	3	4	2	2	3	2	2	4	3	3	4	2	3	3	3	3	3	3	3	3	66
89	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	3	3	3	3	4	4	3	4	4	73
90	3	3	4	3	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	4	3	4	3	3	2	4	71

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	Σ
91	3	4	3	3	2	2	3	3	2	3	4	4	3	3	4	3	4	3	3	4	2	4	69
92	4	4	4	4	3	3	4	4	3	4	4	2	3	3	4	4	3	3	4	4	3	4	78
93	4	4	2	4	3	3	4	4	3	4	4	3	4	3	4	2	4	3	3	4	3	4	76
94	3	3	2	3	2	3	3	3	1	3	3	3	3	1	4	2	3	3	3	3	3	3	60
95	3	3	2	3	3	4	4	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	66
96	4	4	4	4	3	4	4	4	3	4	4	3	4	3	4	4	4	4	4	4	4	4	84
97	4	4	2	4	2	3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	2	3	3	2	3	3	4	70
98	4	4	3	4	3	2	4	4	3	4	4	4	4	3	4	3	4	3	4	4	3	4	79
99	4	4	3	1	3	2	4	1	2	3	4	2	4	2	4	3	3	3	4	3	1	4	64
100	4	4	3	2	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	4	1	3	64

LAMPIRAN VII

Surat Izin

SURAT IZIN BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG FAKULTAS PSIKOLOGI

Jl. Raya Tlogomas No.264 Telp.(0341) 464318 – 319 Ext. 253, 233, 168 Fax.(0341) 460782 Malang 65144 Indonesia
Email : psikologi@umm.ac.id Website : .psikologi.umm.ac.id

Nomor : E.6.k/829/Psi-UMM/VI/2017
Lamp :
Perihal : **Ijin Penelitian Skripsi**

16 Juni 2017

Kepada : Yth. Kepala Badan Kesatuan Bangsa,
Politik dan Penanggulangan Bencana Daerah
Jl. Kalimantan No. 93, Blitar

Di
Blitar

Assalaamu'alaikum Wr. Wb

Dalam rangka menyusun Skripsi Sarjana Strata 1 (S.1), mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang yang tercantum di bawah ini bermaksud untuk melakukan **Ijin Penelitian Skripsi**. Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kesediaan Bapak/Ibu memberikan ijin kepada mahasiswa tersebut yaitu:

Nama : **Nurhafni Viyata Rachmah**
N I M : **201310230311335**
No. Hp : **083851280085**
Alamat : **Jl. Biak No. 22 Plosokerep Kota Blitar**
Judul Skripsi : **Hubungan Antara *Self – Efficacy* dengan Subjective Well Being pada Istri yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh**

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya di ucapkan terima kasih.

Wassalaamu 'alaikum Wr. Wb.

Dekan,

Dr. Iswinarti. M.Si.
NIP-UMM : 109. 8909.0126

Tembusan :
1. Arsip



PEMERINTAH KOTA BLITAR
BADAN KESATUAN BANGSA, POLITIK DAN
PENANGGULANGAN BENCANA DAERAH KOTA BLITAR

Jalan Kalimantan No. 93 Blitar Telp./Fax (0342) 804063
email : bakesbangpol-pb@blitarkota.go.id

SURAT REKOMENDASI PENELITIAN

Nomor : 070/254/410.204/2017

UNTUK MELAKUKAN PENELITIAN/SURVEY/RESEARCH

Memperhatikan : Surat dari Dekan Fakultas Ilmu Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang Nomor : E.6k/829/Psi-UMM/VI/2017 Tanggal, 16 Juni 2017 Perihal Permohonan Rekomendasi Penelitian/Survey/Research
Dengan ini menyatakan tidak keberatan memberikan ijin Rekomendasi Penelitian/Survey/Research kepada :

Nama : **NURHAFNI VIYATA RACHMAH**
Nim : **201310230311335**
Prodi /Fakultas : **S-1 Psikologi**
Alamat : **Jl. Biak No.22 RT.02 RW.04 Kelurahan.Plosokerep Kec.Sananwetan Kota.Blitar**
Tempat Pelaksanaan : **Dinas Sosial,Kel.Bendogerit Kel.Gedog,Kel. Sananwetan Kec.Sananwetan Kota Blitar**
Judul/Tema : **" Hubungan Antara Self-Efficacy Dengan Subjective Wel Being Pada Istri Yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh. "**
Waktu Pelaksanaan : **13 Juli 2017 s/d 13 Agustus 2017**

Dengan ketentuan-ketentuan sebagai berikut :

1. Mentaati segala ketentuan yang berlaku ditempat Penelitian / Survey / Research.
2. Dalam setiap melakukan kegiatan selalu menggunakan identitas yang berlaku.
3. Tidak diperkenankan menjalankan kegiatan-kegiatan diluar ketentuan yang telah ditetapkan sebagaimana tersebut diatas.
4. Setelah selesai melakukan kegiatan dimaksud, diwajibkan terlebih dahulu melaporkan kepada Pejabat Pemerintah (Badan Kesatuan Bangsa, Politik dan Perlindungan Masyarakat) mengenai hasil pelaksanaan kegiatan dimaksud.
5. Surat Keterangan ini akan dicabut dan dinyatakan tidak berlaku apabila ternyata pemegang surat keterangan ini tidak memenuhi ketentuan-ketentuan sebagaimana tersebut diatas.

Blitar ,12 Juli 2017



KEPALA BADAN KESATUAN BANGSA,
POLITIK DAN PENANGGULANGAN BENCANA
DAERAH KOTA BLITAR
Sekretaris

Drs. YUDHA BUDIONO MM
Pembina Tingkat. I
NIP. 19660326 198603 1 011

Tembusan : disampaikan kepada Yth:

1. Kepala Dinas Sosial Daerah kota Blitar.
2. Camat Sananwetan Kota Blitar
3. Lurah Bendogerit Kec.Sananwetan Kota Blitar
4. Lurah Sananwetan Kec. Sananwetan Kota Blitar
5. Lurah Gedog Kec. Sananwetan Kota Blitar
6. Dekan Fakultas Ilmu Psikologi UMM Malang
7. Yang Bersangkutan.

SURAT IZIN KANTOR URUSAN AGAMA



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
FAKULTAS PSIKOLOGI

Jl. Raya Tlogomas No.264 Telp.(0341) 464318 – 319 Ext. 253, 233, 168 Fax.(0341) 460782 Malang 65144 Indonesia
Email : psikologi@umm.ac.id Website : .psikologi.umm.ac.id

Nomor : E.6.k/831/Psi-UMM/VI/2017
Lamp :
Perihal : **Ijin Penelitian Skripsi**

16 Juni 2017

Kepada : Yth. Kepala Kantor urusan Agama Sananwetan Kota Blitar
Jl. Kalimantan No. 88 Kota Blitar

Di
Blitar

Assalaamu'alaikum Wr. Wb

Dalam rangka menyusun Skripsi Sarjana Strata 1 (S.1), mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang yang tercantum di bawah ini bermaksud untuk melakukan **Ijin Penelitian Skripsi**. Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kesediaan Bapak/Ibu memberikan ijin kepada mahasiswa tersebut yaitu:

Nama : **Nurhafni Viyata Rachmah**
N I M : **201310230311335**
No. Hp : **083851280085**
Alamat : **Jl. Biak No. 22 Plosokerep Kota Blitar**
Judul Skripsi : **Hubungan Antara *Self – Efficacy* dengan
Subjective *Well Being* pada Istri yang Menjalani
Pernikahan Jarak Jauh**

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya di ucapkan terima kasih.

Wassalaamu 'alaikum Wr. Wb.



Dr. Iswinarti, M.Si

NIP-UMM : 109. 8909.0126

Tembusan :
1. Arsip

SURAT IZIN KANTOR KECAMATAN SANANWETAN KOTA BLITAR



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG

FAKULTAS PSIKOLOGI

Jl. Raya Tlogomas No.264 Telp.(0341) 464318 – 319 Ext. 253, 233, 168 Fax.(0341) 460782 Malang 65144 Indonesia
Email : psikologi@umm.ac.id Website : .psikologi.umm.ac.id

Nomor : E.6.k/830/Psi-UMM/VI/2017
Lamp :
Perihal : **Ijin Penelitian Skripsi**

16 Juni 2017

Kepada : Yth. Kepala Kantor Kecamatan Sananwetan Kota Blitar
Jl. Kalimantan No. 36 Sananwetan Kota Blitar

Di
Blitar

Assalaamu'alaikum Wr. Wb

Dalam rangka menyusun Skripsi Sarjana Strata I (S.1), mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang yang tercantum di bawah ini bermaksud untuk melakukan **Ijin Penelitian Skripsi**. Sehubungan dengan hal tersebut kami mohon kesediaan Bapak/Ibu memberikan ijin kepada mahasiswa tersebut yaitu:

Nama : **Nurhafni Viyata Rachmah**
N I M : **201310230311335**
No. Hp : **083851280085**
Alamat : **Jl. Biak No. 22 Plosokerep Kota Blitar**
Judul Skripsi : **Hubungan Antara *Self – Efficacy* dengan Subjective *Well Being* pada Istri yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh**

Demikian, atas bantuan dan kerjasamanya di ucapkan terima kasih.

Wassalaamu 'alaikum Wr. Wb.



Dekan,
Dr. Iswinarti, M.Si.

NIP-UMM : 109. 8909.0126

Tembusan :
1. Arsip